الفصل الأول
معلومات عن الخدمات الاجتماعية والصحية

1. إرشادات عامة لضحايا التعذيب 1

طالبوا اللجوء 1
تعرض البريطانيين للتعذيب خارج المملكة المتحدة 2
الحالة النفسية لضحايا التعذيب 3
ضحايا الاستغلال الجنسي والاغتصاب 5
عائلات وأقرباء ضحايا التعذيب 7

2. معلومات عملية عن الخدمات الاجتماعية والرعاية الصحية في المملكة المتحدة 10

الخدمات الاجتماعية ودعم ضحايا التعذيب 10
الرعاية الطبية في المملكة المتحدة 10
الممارس العام (GP) 11
العيادات والمراكز الصحية المفتوحة 11
الخط المباشر لخدمات الصحة الوطنية (NHS DIRECT) 12
المترجمين 13
الأدوية 13
تكاليف العلاج والذهاب للمستشفى 13
تعاطي المخدرات والكحول 14
سرية المعلومات 15
الاستفادة من المعلومات الطبية في دعم الدعاوى القانونية 15
مراكز الإرشاد للخدمات الاجتماعية 16

3. معلومات لضحايا التعذيب الذين يبدءون حياة جديدة في المنفى 18

تقفي أثر أفراد الأسرة والأقارب 18
المضايقات العنصرية 18
الأطفال القُصَّر 20
شبكة الإنترنت 22

الفصل الثاني
معلومات بشأن طلب الحصول على تعويض بسبب التعذيب

1. ما المقصود بالتعذيب؟ 23
2.ماذا يشمل التعويض جراء التعرُّض للتعذيب؟ 24
3.نقاط للاخذ في الاعتبار بشأن دعاوى التعويض.....25
4.ما هي المعالاجات القانونية المتاحة؟.....27
5.أين يمكن تلقي الاستشارة في المملكة المتحدة؟ 35
6.ما هي الجهات الأخرى التي تقدم المساعدات؟ 38

الجزء الثالث
قائمة على المستوى الوطني بالخدمات التى تقدم المساعدة والمعلومات والإرشاد

1. معلومات عامة..... 46
2. شرق إنجلترا.....50
3. شرق ميدلاندز..... 52
4. لندن.....53
5. الشمال الشرقي لإنجلترا.....56
6. الشمال الغربي لإنجلترا.....59
7. أيرلندا الشمالية.....61
8. اسكتلندا.....62
9. جنوب إنجلترا.....64
10.الجنوب الغربي إنجلترا.....67
11. ويلز.....68
12. غرب ميدلاندز.....70
13.يوركشير وهامبرسيد.....72

الفصل الأول

معلومات عن الخدمات الاجتماعية والطبية

1. إرشادات عامة لضحاياالتعذيب

التعذيب يعني تعمد إنزال الآلام المبرحة أو المعاناة الجسدية أو العقلية بواسطة مسؤول رسمي (مثل الشرطة أو قوات الأمن) أو من ينوب عنه أو بموافقته على ذلك. وقد يؤدي التعذيب إلى تكبد الضحايا إصابات جسدية مثل الكسور أو الجروح التي تحتاج لبعض الوقت لتندمل وربما تتعرض للالتهاب. كما أنه يؤدي في معظم الحالات إلى مشاكل نفسية مثل فقدان الثقة في الآخرين وعدم الشعور بالاطمئنان المتمثل في الخوف من التعرض للتعذيب مرة أخرى حتى في حالة العيش في ظروف آمنة. وقد تلازم آثار التعذيب الجسدية والنفسية ضحايا التعذيب مدى الحياة. وربما تبدو هذه الأعراض للبعض مِمن لم يتعرضوا لهذه التجربة القاسية أو يعايشوها كضرب من المبالغة والافتقار للمنطق، في الوقت الذي تعتبر فيه هذه الأعراض في واقع الأمر رد فعل طبيعي جراء التعرض لصدمة بهذه البشاعة. (للمزيد من التفاصيل أنظر صفحة 3).

ويطول التعذيب جميع الأفراد والجماعات من شتى نواحي الحياة، فبعض الضحايا يتعرضون للتعذيب أثناء عملهم في الخارج أو قضاء إجازتهم هناك، في الوقت الذي يواجه فيه البعض القمع السياسي والتعذيب من أجل إخراس أصواتهم وزرع الخوف في نفوس الآخرين من الأفراد والجماعات، بينما يتعرض البعض الآخر للتعذيب لمجرد وجودهم في المكان والوقت غير المناسبين.

طالبوا اللجوء

العديد من ضحايا التعذيب الموجودين في المملكة المتحدة هربوا إليها طلباً للحماية ولتفادي التعرض للمزيد من سوء المعاملة والتعذيب. ويُعطى طالبوا اللجوء في المملكة المتحدة استمارة باللغة الإنجليزية لتعبئتها وتوضيح المشاكل التي تعرضوا لها والأسباب التي دفعتم للتقدم بطلب اللجوء. وفي العادة يتم استدعاء طالبي اللجوء وإجراء مقابلة معهم بشأن طلبهم اللجوء وذلك بعد بضعة أيام أو أسابيع من وصولهم إلى المملكة المتحدة،

ويستغرق ذلك في بعض الأحيان وقتاً أطول. أما البت في طلبات اللجوء فقد يحتاج لوقتٍ طويل، وربما لا يكون الرد إيجابياً رغم المعاناة الفائقة التي تعرض لها ضحايا التعذيب. وغالباً ما تُحدِث الرسائل التي تحوي قرار رفض طلب اللجوء، إضافة إلى الفترة التي يقضيها طالبوا اللجوء بانتظار البت في طلباتهم وقعاً سلبياً عليهم لدرجة تؤدي لشعورهم بالاكتئاب أو حتى التفكير في الانتحار والناتج عن شعورهم بالخوف من إبعادهم لبلدانهم حيث ينتظرهم المزيد من التعذيب. كما أن عدم اقتناع الجهات المعنية بالبت في طلبات اللجوء بما تعرضوا له يعمِّق من جروحهم ويؤكِّد ما يردده في بعض الأحيان بعض مقترفي جريمة التعذيب لضحاياهم بأن أحداً لن يصدِّق تعرضهم لأشكال التعذيب التي يصفونها. ومن المهم في هذا الخصوص الوضع في الاعتبار أن الرفض المبدئي لطلب اللجوء لا يمثل سوى المرحلة الأولى من مراحل طلب اللجوء. كما أنه من الضروري أن يُولي طالب اللجوء مثل هذه الرسائل (أو أي رسالة رسمية لا يستطيع فهم مضمونها) الاهتمام الكامل وأن يأخذها بمجرد استلامها إلى ممثله القانوني ومناقشته بشأن ما يمكن عمله في المرحلة التالية. والقيام بذات الشيء لازمٌ حتى عند استلام الخطابات الإيجابية، حيث أنه تترتب على ذلك بعض الأمور المتعلقة بالسكن والإعانات المالية.

تعرض البريطانيين للتعذيب خارج المملكة المتحدة

لا تلقى ظاهرة تعرض بعض البريطانيين للتعذيب في بعض أنحاء العالم التوثيق الكافي، كما أنها لا تلقى الاهتمام من جانب المؤسسات الاجتماعية والطبية في المملكة المتحدة. علاوة على ذلك، يصعب في معظم الأحوال على عائلات وأصدقاء ضحايا التعذيب الإلمام الحقيقي بما تعرضوا له والآثار المترتبة على ذلك على المدى الطويل. وينتاب ضحايا التعذيب في بعض الأحيان الشعور بالضغوط الناتجة عن محاولتهم نسيان ما تعرضوا له وممارسة حياتهم الطبيعية التي اعتادوا عليها من قبل، مما يترتب عليه شعورهم بالقلق والحزن لصعوبة ذلك أو استحالته في بعض الأحيان. والملاحظ أن العديد من الخدمات الخاصة بضحايا التعذيب موجه بشكل أساسي لمساعدة طالبي اللجوء مما يولِّد الشعور بالتهميش وسط ضحايا التعذيب من البريطانيين.

الحالة النفسية لضحايا التعذيب

تعد الأعراض النفسية الناجمة عن التعذيب من الآثار الجانبية الشائعة التي يواجهها ضحايا التعذيب. وتشمل هذه الأعراض صعوبة في النوم، والاستيقاظ المبكر المصحوب في بعض الأحيان بحالةٍ من الرعب والصراخ بسبب الكوابيس المخيفة، وضعف الذاكرة وعدم المقدرة على التركيز، والتهيج المفرط، والشعور الدائم بالخوف والقلق، والاكتئاب، وعدم المقدرة على الاستمتاع بجوانب الحياة المختلفة. ويُشَخَّص الضحايا الذين يعانون من الأعراض آنفة الذكر في كثير من الأحيان بمتلازمة الضغط النفسي الذي يعقب التعرض لصدمة ما، أو/وبحالة الاكتئاب الحاد. ويساعد هذا التشخيص في تحديد نوع العلاج ومسار المرض، لكنه لا يعني مساعدة ضحايا التعذيب أو علاج الأعراض الناجمة عنه.

أن الزمن كفيلٌ بعلاج هذه الأعراض ولكنهم في حاجةالي رعاية. ومن المفيد لضحايا التعذيب كذلك محاولة استعادة نمط حياتهم الطبيعي وذلك باستعادة صداقاتهم السابقة والسعي لخلق الجديد من الصداقات، إضافة إلى خلق جو من الاستقرار الأسري ووضع أهداف محددة والسعي لتحقيقها عن طريق الدراسة أو عن طريق العمل والدراسة معاً. وربما لا يكون هذا بالأمر السهل كما أنه قد يحتاج، علاوة على ذلك، لوقتٍ طويل ولدعم من الآخرين. كما يمكن الاستفادة من خدمات المنظمات العامة بالمنطقة ومنظمات مساعدة اللاجئين التي تساعد كثيراً في هذا الخصوص. الجدير بالذكر أن شعور ضحايا التعذيب بفقدان الثقة في الآخرين والتهيج المفرط والميول إلى العزلة قد يؤثر سلباً على علاقاتهم بأصدقائهم ويؤدي إلى إضعافها. أما الشعور بالخوف الذي يلازم طالبي اللجوء من ضحايا التعذيب والناتج عن احتمال إبعادهم إلى بلدانهم فقد يعيق استقرارهم الأسري. وأما مشاكل ضعف الذاكرة وعدم المقدرة على التركيز فتعيق التعلم. وقد يصل الأمر ببعض ضحايا التعذيب من جراء ما تعرضوا له إلى درجةٍ من الكرب تمنعهم حتى من المقدرة على استعادة حياتهم السابقة من جديد، وهنا يأتي دور الأصدقاء المتمثل في مساعدتهم بجلب المساعدة المهنية بأسرع ما يمكن.

وتعتبر مشكلة التهيج المفرط واحدة من أكبر المشاكل التي يتعرض لها ضحايا التعذيب والتي تؤثر سلباً على علاقاتهم الأسرية

وقد تؤدي إلى الوقوع في مشكلة أخرى هي مشكلة العنف المنزلي الذي يعتبر في حد ذاته جريمة جنائية. وقد تختلف الموروثات الثقافية والقوانين المحكوم بها في المملكة المتحدة عن تلك التي يُحكم بها في بعض البلدان الأخرى، فبعض أشكال العنف تجاه شريك الحياة أو الأطفال على وجه الخصوص والتي ربما يُسمح بها في بعض البلدان الأخرى، قد تُواجَه بصرامة من قِبَل الشرطة في المملكة المتحدة. ولتفادي الوقوع في مثل هذه المشاكل تُنصَح الأسرة بالتحدث إلى طبيب العائلة (GP) وطلب المساعدة منه، كما أن المدارس وخدمات الإرشاد والدعم المعنوي تساعد كثيراً في هذا الخصوص.

وقد يلعب طبيب العائلة وأخصائيو الصحة العقلية في المنطقة التي تقيم بها دوراً فعَّالاً في علاج الأعراض سابقة الذكر، كما توجد بعض المراكز المتخصصة الأخرى، ومن أهمها المؤسسة الطبية لرعاية ضحايا التعذيب (Medical Foundation for the care of Victims of Torture) الواقعة في لندن والتي تتمتع بخبرة واسعة ودراية في مجال مساعدة ضحايا التعذيب، لكن الإحالة لها لا تتم إلا في الحالات القصوى. وتساعد جلسات الدعم والإرشاد المعنوي (بحضور مترجم إذا تطلب الأمر) إضافة إلى الأدوية المضادة للاكتئاب في تخفيف حدة العديد من هذه الأعراض. وتتطرق جلسات الإرشاد والدعم المعنوي إلى ما تعرض له الشخص المعني من تعذيب والشعور الناجم عن ذلك وتبعاته في حياته اليومية. وتأخذ هذه الجلسات أشكالاً مختلفة وتعتبر العلاقة بين المشرف على تلك الجلسات والشخص المعني أو/وأسرته أمراً في غاية الأهمية، لذا فمن المفيد طلب تبديل المشرف إذا تعثرت العلاقة معه لأي سبب من الأسباب أو اللجوء إلى وسيلة أخرى للحصول على المساعدة.

وفيما يتعلق بالأدوية، فإنه يجب تناولها (وخاصة المضادة للاكتئاب منها) حسب ما وصفها الطبيب وتحت إشرافه والرجوع إليه للتأكد من طريقة تناولها إذا لزم الأمر. ويمكن تناول بعض العقاقير (مثل المسكنات) من وقت لآخر متى ما استدعت الضرورة، لكن لا يجب تجاوز الجرعات التي وصفها الطبيب. ويتحتم تناول الأدوية بانتظام للتأكد من فعاليتها، وعلى وجه الخصوص الأدوية المضادة للاكتئاب والتي لا يظهر مفعولها إلا بعد تناولها بانتظام لعدة أسابيع، كما أنه

لا يجب التوقف عن تناولها قبل مرور الوقت الكافي الذي يسمح بظهور مفعولها. أما تعديل أو تغيير الجرعات التي وصفها الطبيب فيجب ألا يتم إلا بعد استشارته وموافقته على ذلك (أنظر الفصل الخاص بالأدوية أدناه، على صفحة 16

ضحايا الاستغلال الجنسي والاغتصاب

يستخدم الاستغلال الجنسي كوسيلة للتعذيب الذي يتعرض له الرجال والنساء على السواء. ويعتبر التحدث عن هذا الشكل المهين من أشكال التعذيب بالنسبة لضحايا التعذيب أمراً صعباً مقارنةً مع بعض أشكال التعذيب الأخرى. ويزيد الجانب الثقافي وحساسية الأمر في بعض الأحيان من صعوبة البوح بالتعرض للاستغلال الجنسي رغم أن الشخص المعني قد يحتاج في ذات الوقت للمساعدة الجسدية والنفسية العاجلة. ومن الضروري في مثل هذه الحالات إخبار المستشار القانوني (أو المحامي) بجريمة الاغتصاب في حال التعرض لها في أسرع وقت مما يسهِّل من مهمته في إدراج ذلك في طلب اللجوء أو التعويض. ومن الضروري كذلك إخبار الطبيب بذلك للحصول على إرشاداته بشأن تلقي العلاج المناسب أو/وإجراء الفحص اللازم.

هناك العديد من الجهات التي تقدم المساعدة لضحايا الاستغلال الجنسي، إلا أن إمكانية الحصول على مثل هذه المساعدات تختلف من مدنية لأخرى. وتقدم معظم هذه الجهات الدعم لضحايا الاغتصاب من الجنسين، بينما يتخصص بعضها في مساعدة النساء أو الرجال فقط، في الوقت الذي يتخصص فيه البعض الآخر في مساعدة مجموعات إثنية معينة وباللغة التي تتحدثها تلك المجموعات. وعادة ما يكون طبيب العائلة، والمنظمات التي تعنى بمساعدة اللاجئين، والجاليات، إضافة إلى العديد من المستشارين القانونيين بالمنطقة على علم بالموارد المتاحة في المنطقة التي يعملون بها. كما يمكن الحصول على بعض المعلومات من المكتبات العامة وشبكة الإنترنت (أنظر صفحة 24 للمزيد من المعلومات).

وتوجد بالعديد من المستشفيات عيادة (يطلق عليها عادةً عيادة طب الأعضاء التناسلية والبولية) لعلاج مختلف المشاكل الجنسية بصرف النظر عن مسبباتها. وتُولي هذه العيادات ضحايا

الاستغلال الجنسي اهتماماً خاصاً وتقدم لهم الإرشاد والدعم المعنوي إضافة إلى إجراءات فحص الحمل وفحص فيروس ومرض الإيدز والأمراض الجنسية الأخرى. ولا تحتاج مراجعة هذه العيادات لإحالة من طبيب العائلة. كما أن مواعيد مراجعة النساء قد تختلف عن تلك الخاصة بالرجال في بعض هذه العيادات. وتستخدم بعض هذه العيادات الأرقام المتسلسلة بدلاً عن أسماء المرضى، لذا فمن الضروري التأكد من أخذ بطاقة المراجعة معك في كل مرة تراجع فيها العيادة لتسهيل الحصول على سجلّك السابق بالعيادة. وفي العادة لا يوضع اسم هذه العيادات خارج المبنى وبالتالي لا يمكن للمارة معرفة العيادة التي يقصدها المرضى. وتضمن هذه العيادات سرية المعلومات الخاصة بالمرضى ولا تكشفها لأي جهة أخرى (حتى لطبيب العائلة) دون الحصول على موافقة المريض المسبقة.

للحصول على تفاصيل عن اقرب **عيادات الامراض الجنسية و البولية** GUM اتصل **بالخط المباشر** NHS Direct وهو 08454649

مراكز الازمات للاغتصاب
Rape Crisis Centres
تقدم النصائح والمساعدات لضحايا الاغتصاب والاستغلال الجنسي
للحصول على تفاصيل عن أقرب مركز لك أتصل برقم
01159003510
أو أنظر شبكة المعلومات " الإنترنت "
: www.rapecrisis.co.uk/ukgroups.

مشروع موارد للاجئين النساء
Women's Refugee Resources Project (WRRP)
يقدم عمل لدراسة الحالة ودراسة ممتدة للحالة وهم يتعاملون بتخصص مع النساء المضطهدات بسبب جنسهم

Asylum Aid, 28 Commercial Street, London E1 6LS
رقم التليفون:512 7377 020 :Tel
رقم الفاكس:7789 7247 020
تصفح الموقع الإلكترونى
Internet: www.asylumaid.org.uk/RWRP

عائلات وأقرباء ضحايا التعذيب

تعرُّض بعض أو أحد أفراد العائلة للتعذيب أو معايشتهم لذلك يعتبر في حد ذاته تجربة قاسية من شأنها أن تؤثر سلباً على نمط الحياة الأسرية في جوانب الحياة المختلفة، كما يؤثر ذلك على الحقوق الخاصة بكل فرد من أفراد العائلة. فالتعرض للتعذيب ثم الاضطرار لمغادرة البلاد وطلب اللجوء في بلد آخر يعني استحالة عودة الحياة الأسرية إلى ما كانت عليه من قبل. وقد تصل الحالة النفسية لبعض أفراد العائلة مثل الزوج/الزوجة، أو شريك الحياة، أو الأخ/الأخت لدرجة لا تسمح لهم بالقيام بدورهم الأسري. فما تعرضوا له قد يعلق بذاكرتهم ويظل مرتبطاً بذكريات مرعبة، وربما يؤثر على نمط النوم ويؤدي إلى فقدان الشهية والتهيج المفرط والانفعال الذي يصعب التحكم فيه وعدم المقدرة على التركيز وغيرها من الأعراض التي تؤثر على نمط الحياة اليومي. وينطبق ذات الحال على الأطفال، حيث يكون رد فعلهم مشابهاً لرد فعل والديهم سواء تعرضوا للتعذيب أو لم يتعرضوا له. وقد ينتاب الأطفال، علاوة على ذلك، الشعور بالخوف من أنه لم تعد لوالديهما المقدرة على حمايتهم وتوفير الرعاية لهم، أو أنهما قد يبتعدا أو يتوفيا جراء التجربة القاسية التي تعرضا لها. وينتاب الأطفال في بعض الأحيان الشعور بأن عليهم توفير الرعاية لوالديهما بدلاً من تلقيها منهما، وهي مسؤولية أكبر من أن يتحملها طفل وتؤدي في العادة إلى الإصابة بالاكتئاب والمشاكل العقلية.

ولا يُشرك أفراد الأسرة الذين تعرضوا للتعذيب في معظم الأحوال بقية الأفراد في ما تعرضوا له من آلام ومعاناة أو يناقشونهم في ذلك، وربما يعود السبب إلي رغبتهم في حماية من يحبون وتفادي تأثرهم بما جرى لهم، أو لعدم رغبتهم في اجترار الذكريات المؤلمة وما تعرضوا له من تعذيب. لكن عدم التطرق لذلك ومحاولة تركيز الجهود في الحاضر من أجل دفع دفة الحياة إلى الأمام ليس بالأمر السهل في كل الأحوال، حيث أن ذكريات الماضي تعاود الظهور على السطح من وقت لآخر. وقد يساعد التحدث إلى أحد أخصائيي الإرشاد والدعم المعنوي (وهو شخص مؤهل للاستماع لما تعرضت له الأسرة ومساعدتها في استعادة حياتها من جديد) على اجتياز هذه الفترة الزمنية العصيبة. إضافة إلى ذلك، فإن إبقاء الفرد على علاقته بأفراد الجالية التي ينتمي لها، والمشاركة في الفعاليات الثقافية والدينية المعروفة قد يساعد على طي صفحة

الماضي وتضميد جراحها. أما بالنسبة للأطفال فإن التحاقهم بالمدارس يلعب دوراً هاماً في تنويرهم وإلمامهم بثقافة المجتمع الجديد الذي تعيش فيه الأسرة وقتئذٍ. وتشكل هذه المحاور مجتمعةً نقطة هامة تساعد على انطلاق الأسرة من جديد بعد أن غمرتها دوامة الشعور بفقدان الأمل والارتباك وهي التي كانت ترى في نفسها القوة والمقدرة الكافية على مجابهة أحلك الظروف التي قد تواجهها.

الرعاية الطبية المتخصصة للناجيين من التعذيب وعائلتهم

عيادة أبردين لإجهاد ما بعد الصدمة ومركز بحث للصدمات
(The Aberdeen Traumatic Stress Clinic and the Centre for Trauma Research)
Grampian Primary Care NHS Trust Headquarters, Bennachie, Royal Cornhill Hospital, Aberdeen, AB25 2ZH
رقم التليفون:01224-557892
قم الفاكس:01224-403602
البريد الإلكترونى: s.klein@abdn.ac.uk

مركز دراسات الصدمة وخدمات إجهاد الصدمة
(Centre for Trauma Studies/Traumatic Stress Service)
Nottinghamshire Healthcare NHS Trust, Westminster House, 598 The Wells Rd, Nottingham NG3 3AA
رقم التليفون:0115-952-9436
رقم الفاكس:0115 952 9487
البريد الإلكترونى: Liz.Jeffrey@nottshc.nhs.uk

مركز العلاج الإكلينيكى
(Clinical Treatment Centre)
Traumatic Stress Service,
Maudsley Hospital, Denmark Hill, London SE5 8AZ,
رقم التليفون:020 7919 2969
رقم الفاكس:020 7919 3573

معهد علاج العائلة
(Institute of Family Therapy)
العنوان:

43 New Cavendish, London W1M 7RG,
رقم التليفون:9150 7391 020
رقم الفاكس 9169 7391 020
البريد الإلكترونى: ift@psyc.bbk.ac.uk

المؤسسة الطبية لرعاية ضحايا التعذيب
(Medical Foundation for the Care of Victims of Torture)
111, Isledon Road, London N7 7JW
رقم التليفون:7777 7813 020
رقم الفاكس :0011 7813 020
البريد الإلكترونى:

clinical@torturecare.org.uk

المؤسسة الطبية فى الشمال الغربى
(Medical Foundation North West)
العنوان:
The Angel Healthy Living Centre, St Philipps Place, Chapel St,
Salford, M3 6FA
رقم التليفون:8090-839-0161 Tel
رقم الفاكس:7020-839-0161

عيادة إجهاد الصدمات
(*Traumatic Stress Clinic****)***
Camden & Islington Community Health Services,
NHS Trust, 73 Charlotte Street, London W1P 1LB,
رقم التليفون:3666 7530 020
رقم الفاكس:367 7530 020
البريد الإلكترونى: tsc@ptsdclin.demon.co.uk

2. معلومات عملية عن الخدمات الاجتماعية والرعاية الصحية في المملكة المتحدة

الخدمات الاجتماعية ودعم ضحايا التعذيب

التعرُّض للتعذيب والآثار المترتبة على ذلك قد يعيق ضحايا التعذيب من مباشرة أعمالهم من جديد وربما يُمنحون حق السكن وبعض المساعدات الأخرى التي تساعدهم على مجابهة احتياجاتهم العملية.

وتقع مهمة المساعدة المبدئية لطالبي اللجوء في العادة على عاتق الإدارة الوطنية لمساعدة اللاجئين (NASS) وهي الجهة التي توفر السكن والدعم المالي إضافة إلى بعض المساعدات الأخرى. ولا يحق لطالبي اللجوء في معظم الأحوال اختيار مكان إقامتهم أو الإقامة في لندن أو في جنوب شرق إنجلترا.

ويمكن الحصول على المزيد من المعلومات عن المساعدات المختلفة من مكاتب **الخدمات للخطوة الواحدة**(**One Stop Services**) المدرجة في نهاية هذا الدليل.
أما المواطنين البريطانيين وأولئك الذين منحوا حق اللجوء أو الحماية الإنسانية فقد يكون بإمكانهم الحصول على مساعدة العاطلين عن العمل (Unemployment Benefit) أو اعانة الدخل (Income Support)، إضافة إلى بعض المساعدات الأخرى مثل السكن أو إعانة المعوقين (Disability Allowance). للمزيد من المعلومات عن المستحقات المختلفة، يمكن مراجعة مكتب المساعدات(Benefits Office) أو مكتب إرشاد المواطنين (Citizens Advice Bureau) في المنطقة التي تقيم بها.

وأما أولئك المحتاجين لمساعدات متعلقة بالسكن (مثل الحصول على معلومات بشأن حقوقهم السكنية، أو ما يمكن عمله في حال عجزهم عن دفع الرهن العقاري أو الإيجار، أو الحصول على مساعدات لحل مشكلة السكن) فيمكنهم طلب المساعدة من شيلتار (Shelter)، أو من مكتب إرشاد المواطنين ، أو من الإدارة الوطنية لمساعدة المشردين (National Homelessness Advice Service)
أنظر الصفحة 21

الرعاية الطبية في المملكة المتحدة

يتلقى ضحايا التعذيب وأسرهم من طالبي اللجوء أو المواطنين البريطانيين كافة خدمات الرعاية الطبية وعلاج الأسنان التي توفرها خدمات الصحة الوطنية (NHS).

الممارس العام (GPs)

للاستفادة من خدمات الرعاية الصحية التي توفرها خدمات الصحة الوطنية لابد من تسجيل اسمك مع أحد أطباء العائلة بالمنطقة التي تقيم بها، ولمعرفة العيادات الموجودة في تلك المنطقة، عليك بمراجعة موقع خدمات الصحة الوطنية على شبكة الإنترنت:**www.NHS.gov.uk**

وتقدم عيادة الممارس العام (GP)المساعدة الطبية الأولية للمرضى، حيث يوجد بها في العادة أطباء وممرضون وأخصائيون في الإرشاد والدعم المعنوي. وإذا كانت الرعاية التي تتطلبها حالتك الصحية لا تتوفر بالعيادة، فإن طبيبك سيحيلك لمقابلة أحد الأخصائيين بإحدى المستشفيات أو العيادات الأخرى وذلك بعد تنويرك بطبيعة عمل الأخصائي الذي تحتاج لمقابلته ومن ثم طلب موعد منه لمقابلتك. وعلى ضوء ذلك سيكتب لك الأخصائي ويحدد لك موعداً لمقابلته، لكن عليك الوضع في الاعتبار أن الحصول على موعد لمقابلة الأخصائي أو تلقي العلاج بالمستشفى قد يستغرق وقتاً طويلاً، حيث أن قائمة المرضى المنتظرين لمقابلة الأخصائيين تكون طويلة في العادة. الجدير بالذكر أن معاملة كافة المرضى تتم على قدم المساواة التامة وليست هناك أفضلية لمريض على آخر في هذه القائمة.

عند زيارتك الأولى لعيادة الممارس العام (GP)يجري معك الممرض بالعيادة مقابلة تشمل بعض الأسئلة بشأن الحالة العامة لصحتك، إضافة إلى إجراء بعض الفحوصات. ومن الضروري أن تسجل اسمك مع أحد الممارسين العامين بمجرد انتقالك إلى منطقة جديدة حتى تتمكن من مقابلة الطبيب متى ما لزم الأمر.

العيادات والمراكز الصحية المفتوحة

(Walk-in Clinics)

توجد في بعض المناطق عيادات صحية مفتوحة
(Walk-in Clinics (or Centres يمكن مراجعتها بدلاً عن عيادة الممارس العام. وتقدم هذه العيادات الإرشادات الصحية الأولية، إضافة إلى علاج بعض الأمراض والإصابات الطفيفة وذلك دون الحصول على موعد مسبق. كما توفر بعض هذه العيادات العلاج المتخصص، والمعلومات عن الخدمات الطبية الأخرى المتاحة مثل أطباء الأسنان والصيدليات وعناوينها. وإذا لم يستطع المركز تقديم المساعدات اللازمة فإنه سيحيلك إلى المستشفى أو إلى طبيب آخر.

يمكن الحصول على عناوين هذه المراكز ومواعيد عملها من شبكة الإنترنت على الموقع التالي:
www.nhs.uk/localnhsservices/wicentres
أو رقم التليفون
NHS Direct (0845 4647

الخط المباشر لخدمات الصحة الوطنية (NHS DIRECT)

يمكن الاتصال هاتفياً بالخط المباشر لخدمات الصحة الوطنية والتحدث إلى أحد الممرضين عن المشكلة الصحية التي تعاني منها. وسيخاطبك الممرض باللغة الإنجليزية ويسألك بعض الأسئلة بشأن حالتك الصحية، ومن ثم يرتب مع أحد الممرضين للاتصال بك على رقم هاتفك لمناقشة حالتك الصحية بلغتك الخاصة. الجدير بالذكر أن رقم التليفون هو: **0845 4647.**

ويمكنك كذلك طلب التحدث إلى موظف الاستعلامات والاستفسار عما تود معرفته بشأن خدمات الرعاية الصحية المتاحة مثل حقك في تلقي الرعاية الصحية، وقائمة المرضى المنتظرين، وبعض المعلومات عن المنظمات التي تقدم الدعم للأفراد وأقربائهم الذين تم تشخيصهم بحالات مرضية معينة.

إذا شعرت بأنك، أو أي شخص آخر، في حالة صحية خطرة وفي حاجة لتلقي الرعاية الطبية العاجلة – مثل الشعور بألم في الصدر، أو فقدان الوعي، أو الصعوبة الحادة في التنفس، أو الإصابة بجرح عميق، أو التعرض لكسر في العظم أو الإصابة في

الرأس– فعليك الاتصال بالمستشفى عاجلاً حيث تتوفر في معظم المستشفيات أقسام للحوادث والحالات الطارئة التي توفر المساعدة في مثل هذه الحالات. وإذا لم تتمكن من الاتصال بالمستشفى فعليك طلب الإسعاف وذلك بالاتصال بالرقم (999)، أما إذا شعرت بأن الحالة الصحية لا تستدعي تلقي الرعاية الطبية العاجلة فعليك الاتصال بطبيب العائلة أو بالخط المباشر لخدمات الصحة الوطنية على رقم التليفون (0845 4647) والحصول على الإرشادات اللازمة.

المترجمين

توفر كافة المؤسسات الصحية التابعة لخدمات الصحة الوطنية خدمات الترجمة لمساعدة المرضى في التخاطب أثناء الجلسات الطبية، وقد يكون المترجم حاضراً أثناء تلك الجلسات أو يساعد بالترجمة عبر رقم التليفون.

الأدوية

الحصول على معظم الأدوية اللازمة لعلاج بعض الأمراض يتطلب حصولك على وصفة طبية من الطبيب أو الأخصائي قبل التوجه إلى إحدى الصيدليات واقتناء الدواء المطلوب. ويتعين عليك دفع قيمة الدواء قبل الحصول عليه ما لم تكن من ذوي الدخل المحدود أو مِمن يتلقون المساعدات المالية (أنظر أدناه). ويمكن شراء بعض الأدوية الأخرى من الصيدلية دون الحصول على وصفة طبية من طبيبك.

ومن الضروري إخبار الطبيب في حال حصولك أو أحد أفراد أسرتك على بعض الأدوية من الخارج قبل قدومك إلى المملكة المتحدة والعمل بنصيحته قبل الاستمرار في تناولها، حيث أن حيازة بعض الأدوية المسموح بها في بعض البلدان الأخرى تعد مخالفةً للقانون في المملكة المتحدة. وللتأكد من ذلك عليك بمراجعة طبيبك الذي سيصف لك الأدوية البديلة بعد التأكد من قانونية الأدوية التي بحوزتك.

تكاليف العلاج والذهاب للمستشفى

يحق لطالبي اللجوء واللاجئين والمواطنين البريطانيين (من ذوي الدخل المحدود، أو مِمن يتقاضون المساعدات المالية، أو

الدعم من الإدارة الوطنية لمساعدة اللاجئينNASS) الحصول المجاني على الأدوية وعلاج الأسنان والبصريات، إضافة إلى المواصلات المجانية عند الذهاب لحضور موعد بالمستشفى. وللحصول على هذه الخدمات المجانية لابد من إبراز الشهادة التي تثبت أحقيتك لذلك. ولاقتناء هذه الشهادة عليك بتعبئة استمارة (Form HC1) التي يمكن الحصول عليها من عيادة طبيب العائلة أو من المستشفيات التابعة لخدمات الصحة الوطنية أو من أحد مكاتب الخطوة الواحدة التي تعنى بمساعدة اللاجئين. وسوف تحصل بعد تعبئة هذه الاستمارة إما على شهادة (Certificate HC2) التي تكفل لك الإعفاء الكامل، وإما على شهادة (Certificate HC3) التي تمنحك الإعفاء الجزئي.

تعاطي المخدرات والكحول

يلجأ بعض الناس تحت وطأة الضغوط التي يواجهونها إلى تعاطي المخدرات أو الكحول. فإذا كنت تعتقد أن المخدرات أو الكحول تسبب لك إشكالاً، فإن الجهات التالية تقدم لك المساعدات مع ضمان سرية المعلومات التي تبوح بها:

خط الشراب (لمساعدة مدمني الكحول)
(Drinkline)
أنهم يقدمون النصائح والمعلومات اللازمة والدعم لكل من يشكّل تعاطيهم (أو تعاطي غيرهم) الكحول هاجساً لهم يمكن الاتصال بهم على رقم التليفون المجاني (0800 917 8282)، وذلك في أيام (الثلاثاء والأربعاء والخميس من كل أسبوع بين الساعة التاسعة صباحاً والحادية عشرة مساءً، وأيام الجمعة اعتباراً من الساعة التاسعة صباحاً وحتى الساعة الحادية عشرة من صباح الاثنين)،. الجدير بالذكر أنهم يوفرون خدمات الترجمة لمن لا يجيدون التخاطب باللغة الإنجليزية.

الخط الوطني لمساعدة مدمني المخدرات
(The National Drugs Helpline)
يقدم المعلومات والإرشادات بشأن المشاكل المتعلقة بالمخدرات لكافة الناس بالمملكة المتحدة بمن فيهم مدمني المخدرات وأسرهم وأصدقائهم وزملاء عملهم. ويمكن الاتصال بهم على مدار الساعة على رقم رقم التليفون المجاني (

00 66 77 0800). الجدير بالذكر أنهم يوفرون خدمات الترجمة لمن لا يجيدون التخاطب باللغة الإنجليزية.

سرية المعلومات

يتم التعامل مع كل المعلومات التي تبوح بها لأي من الاختصاصيين في مجال الرعاية الصحية مثل (الأطباء أو الممرضين أو الأخصائيين أو الاستشاريين أو أطباء الأسنان) بسرية تامة ولا تُكشَف لأي شخص أو جهة أخرى دون الحصول على موافقتك المسبقة. وينطبق ذات الشيء على كل الاستفسارات والتساؤلات التي تطرحها على العيادات المفتوحة أو عند الاتصال رقم التليفوني بالخط المباشر لخدمات الصحة الوطنية، كما وتنطبق على المترجمين الذين ساعدوك في التخاطب أثناء الجلسات أو المناقشات مع أي من أخصائيي الرعاية الصحية. والحالة الوحيدة التي يتم فيها الكشف عن هذه المعلومات هي احتمال تعرُّض صحة أو سلامة الأطفال للخطر.

الاستفادة من المعلومات الطبية في دعم الدعاوى القانونية

يُنصَح في كل الحالات استشارة أحد المختصين القانونيين ممن يتمتعون بالخبرة والكفاءة العالية في هذا المجال والحصول على مساعدتهم في إعداد طلب اللجوء أو رفع الدعوى القضائية لطلب التعويض جراء التعرُّض للتعذيب. ومن المهم كذلك إخبار ممثلك القانوني بكل ما تسعفك به الذاكرة من الأحداث التي تعرضت لها حتى يتسنى له تضمين ذلك في طلبك. وقد يكون من الصعب التطرق أو التحدث عن التجربة القاسية التي تعرضت لها، لكن تزويد ممثلك القانوني بالمعلومات اللازمة منذ البدء يسهِّل مهمته ويزيد من احتمالات كسبك للقضية.

وينظم المستشار القانوني غالبا لضحايا التعذيب الحصول على تقرير طبي-قانوني لدعم طلبهم. ويُعِد ذلك التقرير أحياناً طبيب العائلة أو أحد الأطباء العاملين بالمستشفى الذين يشرفون على علاج المريض سلفاً. ويتم في أغلب الحالات إحالة ضحايا التعذيب لمقابلة أحد الاختصاصيين للاستفادة من رأيهم وخبرتهم في هذا المجال. ويعمل هؤلاء الخبراء في مجالات مختلفة، لكن لا بد أن تتناسب معرفتهم وخبرتهم مع الحالة

العقلية أو الجسدية التي يعاني منها الشخص المعني. والمهم في الأمر هنا هو التقرير الطبي الذي يعده الطبيب لدعم الطلب. الجدير بالذكر أن طلب التقرير يعد من مهام المستشار القانوني وليس مقدم الطلب.

أحد الأسباب التي تستدعي الحصول على التقرير الطبي-القانوني هو إثبات إدعاء التعرض للتعذيب. ولا يحتاج كل ضحايا التعذيب للحصول على مثل هذا التقرير، إلا أن المستشار القانوني قد يرى غالبا أن الحصول على التقرير قد يدعِّم القضية ويزيد من احتمالات كسبها. ويشمل التقرير في العادة وصف مفصَّل لأشكال التعذيب والأعراض النفسية الناجمة عنه، إضافة إلى فحص شامل للجسم للتعرف على الأعضاء التي تأثرت جراء التعذيب. ومن المهم الوضع في الاعتبار أن الحصول على تقرير إيجابي ليس بالأمر الممكن في كل الحالات، حيث لا يوجد في بعض الحالات ما يؤكد التعرض للتعذيب وبالتالي لا يكون للتقرير بعداً جوهرياً في دعم الطلب. لكن عدم كتابة الطبيب للتقرير الطبي لا يعني في حد ذاته أنه غير مصدِّق لما تعرض له الشخص المعني.

أما السبب الجوهري الأخر الذي يستدعي الحصول على التقرير الطبي فهو توثيق المشاكل الصحية التي تحتاج للرعاية الطبية في المملكة المتحدة. وقد يساعد التقرير الطبي، إضافة إلى ذلك، طالبي اللجوء ويعزز من فرص بقائهم في المملكة المتحدة. ولهذه الأسباب لا بد من الحصول على تقرير من كل الأطباء الذين يتولون الإشراف على توفير الرعاية الطبية، إضافة إلى بعض التقارير الأخرى، ومنها على سبيل المثال تقرير من أخصائي الإرشاد والدعم المعنوي أو من الأخصائي النفساني ممن أشرفوا على علاج الشخص المعني أو أسرته.

مراكز الإرشاد للخدمات الاجتماعية

مكتب ارشاد المواطنين
(Citizens Advice Bureau)
يقدم نصائح عامة , للحصول على التفاصيل عن أقرب مركز تصفيح دليل المعلومات على الإنترنت
www.citizensadvice.org.uk/cabdir

أو اتصل بالدليل على التليفون رقم 118180

الخدمة الوطنية لأرشاد المشردين

(National Homelessness Advice Service)

هو مركز إرشاد على الإنترنت لخدمات الإسكان وقضايا المشردين البريد الإلكترونى:

enquiries@nhas.org.uk;

أو

www.nhas.org.uk:

شيلتر

(Shelter)

يقدم نصائح مجانية عن قضايا شئون الإسكان

رقم التليفون المجانى "080808004444" (24 hour)

ساعة أو أذهب شخصياً للمركز المحلى للأرشاد عن السكن .

للحصول على التفاصيل افحص الدليل على شبكةالمعلومات الانترنت

www.shelter.org.uk/housingadvice/hacs/index.asp

و شيلتر SHELTER ايضاً يقدم خدمة نصائح على شبكة المعلومات (الانترنت)

البريد الالكترونى info@ shelter.org.uk

الموقع الالكترونى:www.shelter.org.uk

3 . معلومات لضحايا التعذيب الذين يبدءون حياة جديدة في المنفى

تقفي أثر أفراد الأسرة والأقارب

قد يتمكن الصليب الأحمر البريطاني بالتضامن مع اللجنة الدولية للصليب الأحمر والاتحاد الدولي للصليب الأحمر وجمعيات الهلال الأحمر تسهيل اتصالك مع المفقودين من أفراد أسرتك حتى لو كانوا داخل السجون. وتنحصر المساعدات التي تقدمها هذه الجهات في بعث الرسائل ذات الطابع الأسري والشخصي لأفراد أسرتك الذين يقيمون في أماكن أو بلدان لا تتوفر فيها وسائل الاتصال المعتادة. فإذا كنت تواجه صعوبة في الاتصال بأحد أفراد أسرتك الذي يعاني من حالة مرضية معينة أو أنه كبيراً في السن أو يقيم لوحده، فقد يتمكن الصليب الأحمر البريطاني من مساعدتك وذلك بالاتصال بمقر الصليب الأحمر أو جمعية الهلال الأحمر (أيهما أقرب) وطلب زيارة ذلك الشخص وتزويدك بمعلومات عن حالته الصحية. وتحفظ كل المعلومات التي يحصل عليها الصليب الأحمر في غاية السرية.

ويمكن الاتصال بالصليب الأحمر البريطاني والتقدم بطلبك وذلك على عنوان البريد الإليكتروني التالي:
iwd@redcross.org.uk
أو بالكتابة إليهم على العنوان التالي:
British Red Cross, 9 Grosvenor Crescent, London SW1X7EJ
كما يمكنك طلب المساعدة من مكتب الصليب الأحمر البريطاني في المنطقة التي تقيم بها (يمكن الحصول على رقم التليفون من دليل رقم التليفون تحت كلمة "British").

المضايقات العنصرية

تأخذ المضايقات العنصرية أشكالاً مختلفة تمتد من التخويف والسب وتصل إلى حد إتلاف ممتلكاتك والتهديد أو التعدي الجسدي عليك وذلك بسبب لونك أو جنسك أو أصلك العرقي أو جنسيتك . وتعتبر المضايقات العنصرية جريمة في المملكة المتحدة وأن واجب السلطات لا ينحصر فقط في حمايتك وأسرتك من التعرض لها بل يمتد إلى ملاحقة المتسببين في

هذه المضايقات وإنزال العقوبة اللازمة بهم. وإذا وقعتَ ضحية لهذه الجريمة فعليك الاتصال الفوري بالشرطة وإبلاغهم بكل ما تعرضت له وذلك بالذهاب إلى قسم الشرطة بالمنطقة التي تقيم بها، أو بالاتصال بالرقم (999) في الحالات الطارئة وطلب التحدث مع الشرطة. هذة المنظمات يمكن أن تقدم اك المساعدة

لجنة المساواه" بين الاجناس
(The Commission for Racial Equality)
هى لجنة غير حكومية تعالج التمييز العنصرى
وتشجع المساواه بين الاجناس .
للحصول على بيانات المجلس المناسب للمساواه بين
الاجناس Racial Equality Councils تصفح الموقع الإلكترونى
www.cre.gov.uk/about/recs
او رقم التليفون رقم 02079390000

مساندة الضحية
(Victim Support)
هى منظمة تدار بواسطة متطوعين الذين لديهم القدرة على
مساعدتك عملياً على أمنك كما يعطونك معلومات عن
الشرطة وأجراءات التسكين والمطالبة بالتعويض .
للحصول على اى بيانات عن اقرب مكتب تصفيح الدليل على
الانترنت: www.victimsupport.com
أو اتصل برقم التليفون : 08453030900

ايضاً:

مركز إرشاد المواطنين
(Citizens Advice Bureau)
يعطى ارشادات عامة مجانية
للحصول على البيانات عن اقرب مكتب تصفح الدليل على
الانترنت www.citizensadvice.org.uk/cabbdir
أو اتصل بدليل التليفونات Tel: 118180

المراكز القانونية
(Law centres)
تقدم ارشادات / نصائح مجانية

للحصول على بيانات اقرب مركز قانونى تصفح دليل الانترنت
www.Lawcentres.org.uk
آو الاتصال برقم التليفون رقم : 02073878570

مراكز خدمات الخطوة الواحدة والمجموعات الاجتماعية
(One Stop Services and Community Groups)
من الممكن ان تزود بالنصيحة والدعم .
انظر قائمة المحليات فى الجزء الثالث.

الأطفال القُصَّر

الطفل القاصر هو الطفل الذي لم يبلغ سن الثامنة عشرة عند تقدمه بطلب اللجوء، أو من يبدو تحت تلك السن ولا تتوفر لديه المستندات التي تثبت ذلك، إضافة إلى أنه:

I) تقدم بطلب اللجوء مستقلاً بنفسه
II) ليس بصحبته أي فرد من أفراد الأسرة أو وصي يلجأ إليه في المملكة المتحدة.

يواجه الأطفال القُصَّر على وجه الخصوص مصاعب عدة لحساسية وصعوبة هذه المرحلة من مسيرة حياتهم، لذا فمن الضروري أن يكونوا على اتصال مستمر مع دائرة الخدمات الاجتماعية للتأكد من وضع برنامج لتقييم احتياجاتهم وتوفير خطة الرعاية اللازمة لهم ومراقبة ذلك بشكل دوري.

أما الأطفال تحت سن الخامسة عشرة فتقع مسؤولية رعايتهم عادةً على عاتق السلطات المحلية. وتحتاج هذه الفئة من الأطفال للرعاية الخاصة والتي تتلقاها طبقاً للمادة 20 من قانون الطفل لعام 1989. وتشمل تلك الرعاية وضع الطفل مع أسرة تتولى أمر تنشئته، أو بوضعه في إحدى الدور الخاصة برعاية الأطفال، وتعيين باحث اجتماعي له، ووضع خطة رعاية خاصة به، وتوفير الدعم المادي له، إضافة إلى كافة خدمات الرعاية اللازمة لتوفير الحياة الكريمة له. وأما الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 16-17 عاماً فيتلقون الخدمات الخاصة بهم طبقاً للمادة 17 من قانون الطفل، حيث يُوَفَر لهم السكن عادة في الفنادق أو النُزُل التي توفر وجبة الإفطار المجانية، ولا يُعين لهم باحثين اجتماعيين مما يجعلهم

عرضة لمصاعب وتحديات جمة.

ويجابه الأطفال والشباب الذين تعرضوا للعنف السياسي أو معاناة الحروب الآثار النفسية والجسدية الناجمة عن الاضطهاد والعنف واتخاذهم ككبش فداء، علاوة على مجابهتهم للمعاناة الناجمة عن الانفصال عن أسرهم أو فقدها والعديد من التغيرات المرحلية الناتجة عن وجودهم في المنفى في إحدى الدول الأوروبية.

التجارب القاسية والمخيفة التي تعرضواَ لها قد تولّد فيهم الشعور بالعجز والضيق وفقدان الأمل. وقد تؤثر تلك التجارب على مقدرتهم على النوم أثناء الليل، وإن غلبهم النعاس فقد تفزعهم الأحلام المزعجة والكوابيس التي تصوِّر لهم في العادة الأحداث التي تعرضوا لها في الماضي والتي تثير الذعر في النفس، أو قد تصوِّر لهم شخصيات أو أحداث غير معروفة لهم لكنها تثير فيهم الشعور بالخوف وتولّد فيهم نفس الشعور الذي انتابهم في بلدهم عند بداية تعرضهم للمشاكل. وقد ينتابهم كذلك الشعور بالحزن العميق والغضب والرهبة، كما قد ينتابهم الشعور بالخجل والذنب بأنهم كانوا بشكلٍ أو بآخر مسؤولين عن تلك الأحداث المرعبة التي تعرضوا لها.

الحضور الدائم لتلك الأحداث المؤلمة في ذاكرتهم وعدم مقدرتهم عن الكف عن التفكير أو التحكم فيها قد يثير فيهم الشعور بالخوف الشديد، كما أنه قد يطغى على تلك العواطف الجيَّاشة والرقيقة واللحظات السعيدة التي عاشوها في الماضي وولّدتْ فيهم الشعور بالغبطة والسرور.

وقد يجدون انفسهم منهمكينً في التفكير في أحبائهم الذين توفوا ويتملكهم الشعور بالعجز عن الاستمرار في الحياة من دونهم، وربما انحصر تفكيرهم بشكل ملحوظ في الطريقة التي توفوا بها.

التحدث إلى شخص مؤهل له المقدرة على استيعاب الأفكار التي تراود الأطفال والشباب وشعورهم بالمعاناة بسبب ما تعرضوا له من تجارب وأعمال عنف ونتيجة لفقدانهم لأناس

كان لهم دور فعَّال في حياتهم ويكنون لهم كل معاني الحب يساعد كثيراً في تجاوز هذه الفترة العصيبة. كما يمكن الحصول على المساعدات اللازمة لحل المشكلة المتمثلة في عدم المقدرة على النوم وبعض التغيرات والصعوبات التي تخلفها الحروب وأعمال العنف الأخرى.

تعرُّض الأطفال إلى العديد من التجارب المخيفة قد يؤدي إلى انتكاسات عكسية في مراحل نموهم، فقد يعود الطفل، على سبيل المثال، إلى التبول ليلاً بعد إقلاعه عن تلك العادة، كما قد تواجه الطفل صعوبات في تكوين علاقات صداقة جديدة، وربما يشعر الطفل كذلك بعدم حبه أو فهمه لنفسه. المهم في الأمر أنه من الممكن في نهاية المطاف الحصول على حلٍ لكل هذه المشاكل.

شبكة الإنترنت

يمكن الحصول على المزيد من المعلومات المفيدة من شبكة الإنترنت. وإذا لم تكن لديك إمكانية الحصول على شبكة الإنترنت في مكان سكنك، فإنه تتوفر في معظم المكتبات العامة أجهزة حاسب آلي (كمبيوتر) توفر هذه الخدمات المجانية للجمهور.

الفصل الثاني

معلومات بشأن طلب الحصول على تعويض بسبب التعذيب

1. ما المقصود بالتعذيب؟

يعرف **التعذيب** دولياً على أنه:

"أي عمل يؤدي إلى آلام مبرحة أو معاناة سواء كانت جسدية أو عقلية على شخص بصورة متعمدة بغرض استخلاص معلومات منه أو معلومات من شخص أو طرف ثالث أو انتزاع اعتراف منه أو معاقبته على أي عمل ارتكبه هو أو أي طرف ثالث أو يشك في ارتكابه له أو إجباره وحمله على ذلك الاعتراف من جانبه أو على أي طرف ثالث ولأي سبب يستند على أساس التمييز ضده من أي نوع، على أن تكون هذه الآلام أو المعاناة ناتجة من قِبَل مسؤول رسمي أو أي أشخاص آخرين بأي صفة رسمية سواء كان بصورة مباشرة أو في هيئة تحريض أو موافقة أو معرفة من جانب هذا الطرف الرسمي، ولا يشمل هذا التعريف الآلام أو المعاناة التي تحدث فقط نتيجة عقوبات مفروضة بصورة قانونية سواء كانت من صميم القانون أو وضعت بصورة عارضة".

(المادة 1 من اتفاقية الأمم المتحدة لعام 1988 لمناهضة التعذيب والمعاملات الأخرى الوحشية أو غير الإنسانية أو العقابية).

ولابد أن تتوفر العناصر التالية في أي صنيع قبل اعتباره نوعاً من التعذيب:

- أن يكون الصنيع قد سبب آلاماً مبرحة أو معاناة.
- أن تكون الآلام والمعاناة ناتجة عن مسؤول رسمي (مثل الشرطة أو قوات الأمن) أو من ينوب عنه أو بموافقته على ذلك.

- أن يكون التعذيب قد تم بغرض الوصول لهدف معين مثل انتزاع الاعتراف أو زرع الخوف.

2. ماذا يشمل التعويض جراء التعرُّض للتعذيب؟

يُصنَّف التعذيب دولياً على أنه جريمة يعاقب عليها القانون الدولي ويكفل لضحاياه حق الحصول على التعويض اللازم جراء ما تعرضوا له. وتُرفع دعاوى التعويض عادةً إما ضد الحكومة التي اقترف مسؤولوها جريمة التعذيب أو/وضد مقترفي الجريمة أنفسهم.

ويعتقد البعض أن التعويض ينحصر في حق الحصول على تعويض مالي فقط، في الوقت الذي يشمل فيه التعويض العديد من الجوانب المختلفة، منها:

الرعاية الطبية والعلاج (الجسدي والنفسي) الذي يساعد ضحايا التعذيب على استعادة صحتهم ورفاهيتهم،

إظهار الحقيقة وتحقيق العدالة، مثل الاعتذار الرسمي والإقرار بتحمل مسؤولية ما حدث، وإنزال العقوبة بالجناة، إضافة إلى الاعتراف بالحقائق مع ذكر ضحايا التعذيب والمعاناة التي تكبدوها.

إعادة الحقوق والمستحقات التي فُقِدتْ بسبب التعذيب أو ملابساته، مثل معاش التقاعد والحقوق الوظيفية، وحق الإقامة واستعادة الممتلكات الخاصة.

توفير الضمانات الكافية بعدم تكرار العنف وذلك بسن قوانين عقوبات صارمة للمخالفين بغرض ردعهم وردع كل من تسوِّل له نفسه ارتكاب مثل هذه المخالفات، وتعديل القوانين التي فشلت في حماية ضحايا التعذيب من قبل، إضافة إلى إجراء إصلاحات في المؤسسات العامة (مثل الشرطة والجيش) بشكل يضمن ملاحقة ومعاقبة مقترفي جريمة التعذيب في المستقبل.

تعويض المتضررين عن الآلام والمعاناة جراء تعرضهم للتعذيب وعن الأضرار والخسائر المادية التي لحقت بهم.

قبل الشروع في رفع دعوى التعويض لابد من الوضع في الاعتبار ومنذ البداية الأهداف المرجوة من الدعوى والحصول على الاستشارة القانونية اللازمة عن كيفية تحقيق تلك الأهداف.

3. نقاط للاخذ في الاعتبار بشأن دعاوى التعويض

لجوء ضحايا التعذيب والانتهاكات الصارخة لحقوق الإنسان إلى طلب تحقيق العدالة والنظر في الأضرار والخسائر التي لحقت بهم يعد أمراً شائعاً ومقبولاً، لكن من الضروري الوضع في الاعتبار ومنذ البداية بعض النقاط الهامة، ومنها على سبيل المثال:

- قد لا يتمكن البعض من الحصول على التعويض المطلوب، فقد لا يتوفر في بعض البلدان نظام فعَّال للمحاكم أو إجراءات لتقديم الشكاوى ولا قنوات قانونية لرفع طلب التعويض. وقد يكون العزاء الوحيد في مثل هذه الحالات هو الانضمام إلى الحملات المناهضة للتعذيب في ذلك البلد، أو بنشر المعلومات المتعلقة بتجربتك والظلم الذي لحق بك وبالتالي المساعدة في كشف تلك الانتهاكات.

- قد يتمكن البعض الآخر من رفع طلب التعويض، لكن ذلك قد لا يكون بالأمر السهل وقد يستغرق وقتاً طويلاً. ويرى البعض أن سعيهم لتحقيق العدالة يشكل لهم عاملاً مساعداً في تضميد جراح الماضي، بينما يرى البعض الآخر أنه من الأفضل نسيان الماضي برمته والتركيز على المستقبل والبدء في استعادة حياتهم من جديد.

عليه، فإننا ننصح وبشدة بالتفكير ملياً ومناقشة الأسرة

والأصدقاء والمحامي قبل البدء في رفع طلب التعويض، حيث أن هنالك بعض النقاط التي يجب وضعها في الاعتبار، ومنها:

- طلب التعويض قد يسبب لك ولأسرتك قدراً كبيراً من التوتر وتحتاج خلال هذه الفترة إلى الدعم المعنوي وربما لبعض المصادر المادية لمجابهة تكاليف الدعوى.

- عليك أن تعقد العزم وأن تتهيأ لتقبل أي نتيجة قد تكون مخيبة للآمال، حيث أن كسب الدعوى ليس بالأمر المضمون في كل الأحوال. وعليك، علاوة على ذلك، الوضع في الاعتبار التحديات الذهنية والجسدية التي قد تواجهك أثناء مراحل الدعوى المختلفة.

- قد ينتج عن طلبك التعويض تعرُّض حياة أسرتك وأصدقائك وزملائك للخطر إذا كانوا لا يزالون داخل البلد الذي تعرضت فيه للمشاكل موضوع الدعوى.

- الحصول على حق التعويض لا يعني في حد ذاته إمكانية العودة للماضي ووضع الأمور في نصابها الصحيح، لكنه قد يساعدك على نسيان التجربة المريرة التي تعرضت لها ويمنحك الدافع والأمل في غدٍ أفضل.

4. ما هي المعالاجات القانونية المتاحة؟

هناك العديد من المعالاجات القانونية المتاحة، لكننا ننصحك بشدة أن تطلب المساعدة، قبل الشروع في أي خطوة، إما من محامٍ أو من إحدى منظمات حقوق الإنسان والحصول على المشورة بشأن احتمال كسب الدعوى والإجراءات المطلوبة لرفع تلك الدعوى.

الدعاوى المدنية للحصول على التعويض

قد يتمكن ضحايا التعذيب في بعض الحالات من رفع الدعوى أو الشروع في رفعها بغرض الحصول على تعويض مالي في البلد الذي تعرضوا فيه للتعذيب. كما يمكن في بعض الحالات الأخرى الشروع في رفع تلك الدعوى في المملكة المتحدة إذا كنت تعرف هوية الجاني الذي اقترف جريمة التعذيب ضدك.

الدعاوى الجنائية

من الممكن في بعض الأحوال الطلب من سلطات البلد الذي تعرضت فيه للتعذيب التحقيق في القضية بهدف محاكمة مقترفي جريمة التعذيب وإنزال العقوبة اللازمة بهم. ومن الممكن كذلك أن تطلب من الشرطة في المملكة المتحدة التحقيق في قضيتك إذا كنت تعرف هوية الجاني الذي اقترف جريمة التعذيب ضدك **و** أنه موجودٌ في المملكة المتحدة أو يتوقع حضوره إليها في تاريخ معين. كما ويمكن مقاضاة الجاني في بلد آخر إذا كنت تعلم بوجوده في ذاك البلد.

المنظمات الإقليمية والدولية التي تلجأ اليها للتعويض

هناك العديد من المنظمات الدولية التي تتولى التحري في الدعاوى المتعلقة بانتهاكات حقوق الإنسان، بما في ذلك التعذيب. ويمكن اللجوء لهذه المنظمات فقط في حال الموافقة المسبقة للدولة المسؤولة عن اقتراف تلك الانتهاكات بالسماح لها باستلام الشكاوى المقدمة ضدها. ولا تقرر هذه المنظمات النظر في دعواك إلا بعد التأكد من محاولتك رفعها أمام المحاكم المحلية أو إبرازك لما يفيد باستحالة ذلك.

والبعض فقط من هذه المنظمات يملك صلاحية إصدار الأوامر للحكومة المعنية بمنحك التعويض اللازم وتفعيل تلك الأوامر.

وينحصر عمل المنظمات التي تملك تلك الصلاحيات في مناطق معينة، وهذه المنظمات هي:

- المحكمة الأوروبية لحقوق الإنسان
- المحكمة الأمريكية لحقوق الإنسان

أما صلاحية البعض الآخر فتنحصر في إصدار إعلانات تكشف الانتهاكات التي ارتكبت والطلب من الحكومة المعنية التقصي في دعوى التظلم ودفع التعويضات اللازمة.

ومن هذه المنظمات:

- **ا**للجنة الأفريقية لحقوق الإنسان والشعوب
- لجنة الأمم المتحدة لحقوق الإنسان
- لجنة الأمم المتحدة لمناهضة التعذيب

ومن المهم هنا التأكيد على أن قوة القضية التي تعتزم رفع الدعوى بصددها لا يعني في حد ذاته إمكانية رفع تلك الدعوى. وحتى لو تمكنت من رفع الدعوى فإن البت في القضية قد يستغرق سنوات عديدة وقد لا يكون القرار في صالحك في نهاية المطاف. لذا فإننا ننصح بوضع النقاط التالية في الاعتبار قبل البدء في أي خطوات:

- عليك التأكد عما إذا كنت ملزماً برفع دعواك خلال فترة زمنية معينة.

- عليك إبراز ما يثبت استنفادك لكل الحقوق المتاحة بالدولة المعنية بالقضية.

- قد تحتاج لإبراز الأدلة التي تسند دعواك مثل التقارير الطبية وبعض المستندات الأخرى.

وإذا لم تستطع أي من المنظمات الدولية أو الإقليمية النظر في دعواك فإن لجنة الأمم المتحدة لحقوق الإنسان قد أوجدت بعض المنظمات المختلفة بغرض حماية حقوق الإنسان وتوفير بعض المساعدات الأخرى. وقد توافق بعض هذه المنظمات على تولي قضيتك إنابة عنك، حيث يمكنك على سبيل المثال عرض قضيتك على المقرر الخاص بالتعذيب للأمم المتحدة لحقوق الإنسان الذي قد يقوم بدوره بمحاورة الحكومة المعنية بشأن قضيتك. كما أن الأمم المتحدة تعين في بعض الأحيان مقرراً لها للدولة المعنية ويمكنك في هذه الحالة عرض دعواك عليه لتقديمها مباشرة للحكومة المعنية.

المعالاجات القانونية في المحكمة الجنائية الدولية

يجوز للمحكمة الجنائية الدولية محاكمة الأفراد المسؤولين عن اقتراف وانتشار جرائم التعذيب المنظمة. إلا أن موافقة المحكمة على تولي النظر في قضيتك لا تتم إلا بعد التأكد من أن جريمة التعذيب قد ارتكبت بعد اليوم الأول من شهر يوليو (تموز) 2002، وبعد اعتراف الدولة المسؤولة التي يوجد بها المتهم بصلاحيات المحكمة، إضافة إلى "عدم رغبة أو عدم مقدرة" المحاكم المحلية في ذاك البلد بمقاضاة مقترف التعذيب.

آلية الشكاوى بالمناطق المحلية

اللجنة الافريقية عن حقوق الإنسان و حقوق الشعوب
African Commission On Human And Peoples' Rights
العنوان: 90 Kairaba Avenue, P.O. Box 673, Gambia
Banjul, The
رقم التليفون: + 220 392962/ 372070
رقم الفاكس:ر+ 220 390764
البريد الإلكترونى: idoc@achpr.org / achpr@achpr.org
www.achpr.org

المحكمة الأوروبية لحقوق الإنسان
European Court of Human Rights
المعلومات لهؤلاء الذين يرغبون بالتقدم بطلب موجودة على الموقع الإلكترونى بـ "28 لغة"

www.echr.coe.int/Eng/General

أو

المحكمة الأوروبية لحقوق الإنسان , المجلس الأوروبى

European Court of Human Rights,
Council of Europe
F – 67075
Strasbourg-Cedex
رقم التليفون:18 20 41 88 3 33+:
رقم الفاكس 30 27 41 88 3 33+ :
webmaster@echr.coe.int

اللجنة الأمريكية لحقوق الإنسان

Inter-American Commission On
Human Rights
الإستمارة لتقديم إلتماس بخصوص انتهاك حقوق
الإنسان لمنظمة الولايات الامريكية
(Organisation of American States)
الولايات الأعضاء موجودة على الموقع الإلكترونى
www.cidh.org/denuncia.eng

أو

Inter-American Commission on Human Rights,
1889 F Street, N. W. Washington, D.C. 20006, USA
رقم التليفون:6002-458 202 1 +
رقم الفاكس:3992-458 202 1 +
البريد الإلكترونى:cidhoea@oas.org

آلية الشكاوى الدولية

المحكمة الجنائية الدولية

International Criminal Court
www.icc-cpi.int

أو

ICC, Maanweg, 174, 2516 AB The Hague, The
Netherlands
رقم التليفون:8515 515 70 31 + :
رقم الفاكس:5158555 70 31+
البريد الإلكترونى: vpru@icc-cpi.int

المحكمة الجنائية الدولية ليوغوسلافيا السابقة
International Criminal Tribunal For The Former Yugoslavia
www.un.org/icty

او:

Churchillplein 1, 2517JW The Hague, Netherlands

المحكمة الجنائية الدولية لرواندا
International Criminal Tribunal For Rwanda
www.un.org/ictr

أو

Arusha International Conference Centre P.O. Box 6016, Arusha, Tanzania
رقم التليفون: 2504369/72 (57) 255+ / 2850 963 212 1+
رقم الفاكس:2504000 (57) 255+ / 2848 963 212 1+

الأمم المتحدة
UNITED NATIONS

لجنة حقوق الإنسان
Human Rights Committee
Committee Against Torture
اللجنة الخاصة بإزالة التمييز العرقى
Committee on the Elimination of Racial Discrimination
Address correspondence to:
The Petitions Team, Office of the High Commissioner for Human Rights, United Nations Office, 1211 Geneva 10, Switzerland
رقم الفاكس:9179022 22 41 +
البريد الإلكترونى: tb-petitions.hchr@unog.ch

مفوضية حقوق الإنسان
Commission on Human Rights
Commission/Sub-Commission Team (1503 Procedure), Support Services Branch, Office of the High Commissioner for Human Rights, United Nations Office at Geneva, 1211 Geneva 10, Switzerland
رقم الفاكس:9179011 22 41 +

البريد الإلكترونى: 1503.hchr@unog.ch

هيئة الوضع القانونى للنساء
Commission on the Status of Women
Division for the Advancement of Women, Department of Economic and Social Affairs, United Nations Secretariat, 2 United Nations Plaza, DC-2/12th Floor, New York, NY 10017, United States of America
رقم الفاكس:9022 917 22 41 +

لجنة إزالة التمييز ضد النساء
Committee on the Elimination of Discrimination against Women
Division for the Advancement of Women, Department of Economic and Social Affairs, United Nations Secretariat, 2 United Nations Plaza, DC-2/12th Floor, New York, NY 10017, United States of America
رقم الفاكس:3463 963 212 1 +

إجراءات الشكاوى أو الإتصال ونموذج للشكاوى وبيانات للإتصال عن الهيئات المذكورة أعلاه موجودة على الموقع الإلكترونى لمكاتب الهيئة العليا لحقوق الإنسان
www.unhchr.ch/html/menu2/complain
أو
OHCHR-UNOG, 8-14 Avenue de la Paix, 1211 Geneva 10, Switzerland
رقم التليفون:9000-917 22 41+

من الممكن أيضا لإن كنت ترغب أن تتصفح **كتيب كيفية التقرير عن التعذيب** الذى يضع أسس عن كيفية كتابة التقرير عن ادعاءات التعذيب وهذا يشمل اجراءات تقديم المعلومات للآليات المحلية والدولية وتفاصيل عن نوعية المعلومات المطلوبة لتدعيم الطلب والإجراءات الممكن عملها. هذه موجودة بـ 8 لغات من الإنترنت
www.essex.ac.uk/Torturehandbook
أو مركز حقوق الإنسات , جامعة ساسكس
Rights Centre, University of Essex, Wivenhoe Park, Colchester, CO4 3SQ

أو
رقم التليفون:01206-872558

البعثات الدبلوماسية/الحماية الدبلوماسية
يمكن للمواطنين البريطانيين الطلب من القسم القنصلي بوزارة الشئون الخارجية و الكومنولث البريطانية بلندن تولي قضية التعويض ضد الحكومة المسؤولة عن اقتراف التعذيب. وتقرر الوزارة عند استلام دعواك بشأن الموافقة على طلبك، وقد تكون موافقتها مشروطة بإثباتك لاستنفاد كل الحقوق المتاحة أمام المحاكم المحلية في البلد الذي تعرضت فيه للتعذيب، أو إثبات عدم إمكانية رفع الدعوى في ذاك البلد. وقد أوضحت وزارة الخارجية البريطانية في رسالة بعثت بها إلينا في ريدريس REDRESS ما يلي:

> "تتبع هذه الحكومة سياسة التحقيق مع أي حكومة أجنبية بشأن أي مزاعم جادة تفيد بتعرُّض مواطنين بريطانيين لسوء المعاملة في الخارج. وقد تختلف ملابسات كل قضية عن الأخرى بدرجة كبيرة مما يترتب عليه شكل وطبيعة المرافعات التي نقدمها بشأن القضية المدرجة أمامنا. وإذا تم إدراج دعوى قضائية للحصول على تعويض فمن المفترض أن يكون المدَّعي قد استنفد (على حسب القوانين الدولية المتبعة في الدعاوى الخاصة بالتعويض) كل الحقوق المتاحة لرفع دعواه أمام المحاكم المحلية".

ويجوز لك في بعض الحالات القصوى التي لا تتجاوب فيها الخارجية البريطانية مع طلبك أو ترفض اتخاذ أي إجراء على الإطلاق (بعد إثباتك لاستنفاد كل الحقوق المتاحة أمام المحاكم المحلية) رفع طلب للمحكمة العليا لإعادة النظر في موقف الوزارة. فقد قضت محكمة الاستئناف في قضية عباسي ضد وزارة الخارجية البريطانية (2002 EWCA Civ 1598) بجواز إعادة النظر في القضية أمام محكمة بريطانية في ظروف خاصة للغاية. ونود هنا أن نوصي بشدة بأهمية استشارة محامٍ قبل الشروع في أي عمل، حيث أن فرص كسب مثل هذه الدعاوى ضئيلة للغاية.

مكتب الكومونولث والأجانب
Foreign and Commonwealth Office
Consular Directorate, Foreign & Commonwealth Office,
Old Admiralty Building, London SW1A 2PA, UK
رقـــم الـــتلـــيفون: 020 7008 1500
رقـم الفـاكس: 020 7008 0155
البريد الإلكترونى: consular.fco@gtnet.gov.uk

لمعلومات أكثر للبريطانيين الحتجزين بالخارج عن الخدمات القنصلية بالخارج إطلع على
www.fco.gov.uk

المنظمات التى تقدم المساعدة للبريطانيين المحتجزين بالخارج

المساجين بالخارج
Prisoners Abroad
تقدم الخدمات والمساعدة للبريطانيين المسجونين وإرشاد للعائلة والأصدقاء وخدمة إعادة التوطين للمساجين العائدين.
89-93 Fonthill Road, Finsbury Park, London N4 3JH, UK
رقم التليفون:020 7561 6820
رقم الفاكس:020 7561 6821
البريد الإلكترونى: info@prisonersabroad.org.uk
www.prisonersabroad.org.uk

المحاكمات العادلة بالخارج
Fair trials abroad
تقدم الإرشادات والمساعدات لمواطنى الإتحاد الأوروبى المتهمين بارتكاب جرائم بالخارج
اتصل بـ :
Contact Sabine Zanker
2nd Floor, Tower building, 11 York Road, London, SE1 NX, UK
هاتف رقم:020 7981 0415 :
بريد الكترونى: fairtrials.abroad@ntlworld.com
www.f-t-a.freeserve.co.uk

5. أين يمكن تلقي الاستشارة في المملكة المتحدة؟

قد يكون بإمكانك التمتع بالمعالاجات الواردة أعلاه في المملكة المتحدة لكننا **ننصحك وبشدة بالحصول على الاستشارة اللازمة في كل الأحوال**. فالمستشارين القانونيين لدينا في REDRESS على أتم استعداد لتزويدك بالاستشارة والمساعدة المطلوبة أو بإحالتك لمحامٍ متخصص داخل المملكة المتحدة أو في الدولة المعنية. كما يمكنك مناقشة هذا الأمر مع محاميك أو مع منظمات حقوق الإنسان في المملكة المتحدة التي تساعد في رفع القضايا القانونية الخاصة بالأفراد.

الجدير بالذكر أن الاستشارة المبدئية التي يقدمها لك المستشار القانوني لدينا في REDRESS تكون مجانية مع ضمان سرية المعلومات التي تدلي بها، ويمكنك الاتصال ب REDRESS إما عن طريق البريد الإليكتروني أو رقم التليفون أو البريد وسيقوم أحد الاستشاريون القانونين بالرد عليك .

وربما نطلب منك الحضور إلى المكتب لمناقشة قضيتك بشكل مستفيض، وبعد النظر في المعلومات التي تزودنا بها REDRESS سنقرر بشأن مساعدتك في قضيتك.
وإذا قررت REDRESS تولي قضيتك فإننا ستتفق معاً على استراتيجية للعمل، ومن ثم نضع السبل المناسبة لمساعدتك بغرض الوصول للهدف المنشود.

المنظمات التى تعطى إرشادات قانونيه

ليبرتى
Liberty
وحدة المقاضاة لحقوق الإنسان
ستأخذ قضايا الأفراد المختبرة الى المحاكم المحلية فى المملكة المتحدة والمحكمة الأوروبية لحقوق الإنسان فى ستراسبورج
21 Tabard Street, London, SE1 4LA, UK
رقم التليفون:3888 7403 020
رقم الفاكس:5354 7407 020

البريد الإلكترونى: info@liberty-human-rights.org.uk
www.liberty-human-rights.org.uk

ريدريس
REDRESS
تزود ارشادات قانونية ومساعدة للأفراد الذين يبحثون عن تعويض نتيجة التعذيب
87 Vauxhall walk, London, SE11 5HA, UK
رقم التليفون:1777 7793 020
رقم الفاكس:1719 7793 020
البريد الإلكترونى: redresstrust@gn.apc.org
www.redress.org

بعض المنظمات القانونية الأخرى التى يمكن أن تساعد

The AIRE Centre
يقدم ارشادات عن القانون الأوروبى وحقوق الإنسان للممارسين القانونيين.
الأفراد يستطيعون الحصول على معلومات وليس ارشادات.
عنوان المراسلة:
Third Floor, 17 Red Lion Square, London WC1R 4QH, UK
رقم التليفون:4276 7831 020
رقم الفاكس:7760 7404 020
البريد الإلكترونى: info@airecentre.org
www.airecentre.org

لجنة حقوق الإنسان لجماعة المحامين
The Bar Human Rights Committee
تعمل دوليا بطريقة فريدة لحماية حقوق المحامين والقضاة وتشجع قواعد القانون والأسس الدولية المعترف بها المتعلقة بالحق فى محاكمة عادلة.
هذه اللجنة لا تقدم ارشادات للأفراد.
Bar Human Rights Committee, 10-11 Gray's Inn Square, London,
WC1R 5JD, UK
رقم التليفون:9508 7395 020
رقم الفاكس: 2430 7831 020
البريد الإلكترونى: bhrc@compuserve.com

www.barhumanrights.org.uk

المعهد البريطانى لحقوق الإنسان
British Institute of Human Rights
يعمل كمصدر لشئون حقوق الإنسان و يهدف الي زيادة الفهم و الادراك العام لحقوق الإنسان من خلال المسابقات و التدريب ومشاريع امتداديةخارجية.
لا يقدم نصائح للأفراد.
School of Law, Kings College London, 8th floor, 75 York Road, London SE1 7AW, UK
رقم التليفون:2712 7401 020
رقم الفاكس:2695 7401 020
البريد الإلكترونى: admin@bihr.org
www.bihr.org

الجمعية الدولية للمحاماة
The International Bar Association
معهد حقوق الإنسان فى الجمعية الدولية للمحاماة يقوم بعمل اختبارات فى الأنظمة القانونية على مستوى العالم وسيقوم بعمل تمثيل قانونى عند الحكومات المعنية عندما يتعرض المهنيين القانونيين للتهديد أو الإعتقال أو الإستغلال.
271 Regent Street, London W1B 2AQ, UK
رقم التليفون:1206 7629 020
رقم الفاكس:0456 7409 020
:البريد الإلكترونى: iba@int-bar.org
www.ibanet.org

المركز الدولى للحماية القانونية لحقوق الإنسان
The International Centre for the Legal Protection of Human Rights (Interights)
وهو جمعية خيرية مركزها فى المملكة المتحدة يقدم النصائح والمساعدة والتدريب للمهنيين القانونيين وللمنظمات الغير حكومية بخصوص شئون حقوق الإنسان فى 4 مناطق جغرافية: جنوب آسيا, والكومنولث, وسط وشرق أوروبا, وأفريقيا.
هذا المركز لايقدم نصائح لعير المهنيين القانونيين.
INTERIGHTS, Lancaster House, 33 Islington High Street, London N1 9LH, UK
رقم التليفون:3230 7278 020

ارقم الفاكس:4334 7278 020
البريد الإلكترونى: ir@interights.org
www.interights.org

جستيس
Justice
وهى تهدف الى عمل اصلاحات قانونية من خلال عضويتها المنتشرة مع القانونيين المهنيين والأكاديميين والعاملين المتطوعين.
جستيس لا تعطى نصائح للأفراد.
59 Carter Lane, London EC4V 5AQ, UK
رقم التليفون:5100 7329 020
رقم الفاكس:5055 7329 020
البريد الإلكترونى: admin@justice.org.uk
www.justice.org.uk

جمعية القانون
The Law Society
الوحدة الدولية فى جمعية القانون لاتعطى نصائح قانونية أو أن تكوّن مجموعة تأثير تشريعى ولكنها ستتدخل مع الحكومات المعنية فى حالة انتهاك حقوق الإنسان ضد أعضاء المهن القانونية.
113 Chancery lane, London WC2A 1P, UK
رقم التليفون: 5881 7320 020
البريد الإلكترونى:
internationalhumanrights@lawsociety.org.uk

6. ما هي الجهات الأخرى التي تقدم المساعدات؟

منظمات حقوق الإنسان التي تقدِّم حملات التوعية والإرشاد عن مناهضة جرائم التعذيب ودعاوى التعويض المتعلقة بذلك.
يمكنك تزويد منظمات حقوق الإنسان المناهضة للتعذيب أو للوضع العام في البلد المعني بتفاصيل دعواك. وستعمل المنظمة على ضوء ذلك على توثيق قضيتك وربما استخدامها في حملتها الرامية لإحداث تغييرات في ذلك البلد.

المنظمات التى تركز على التعذيب.

منظمة العفو الدولية

Amnesty International
99-119 Rosebery Avenue, London, EC1R 4RE, UK
رقم التليفون:6200 7814 020
رقم الفاكس:1510 7833 020
البريد الإلكترونى: info@amnesty.org.uk
www.amnesty.org.uk

Association for the Prevention of Torture
Route de Ferney 10, PO. Box 2267, CH-1211 Geneva 2, Switzerland
رقم التليفون :70 21 919 22 41 +
رقم الفاكس :80 21 919 22 41 +
البريد الإلكترونى: apt@apt.ch
www.apt.ch

Centre for Victims of Torture
717 East River Road, Minneapolis, MN 55455
رقـــم الـــتلـــيفون :4800 436 612 1 +
رقم الفاكس: 2600 436 612 1 +
البريد الإلكترونى: cvt@cvt.org
www.cvt.org

The International Federation of Action by Christians for the Abolition of Torture (Fi.ACAT)
27 rue de Maubeuge, 75009 Paris, France
رقـــم الـــتلـــيفون: 60 01 80 42 1 33 +
رقم الفاكس :89 20 80 42 1 33 +
البريد الإلكترونى fi.acat@wanadoo.fr
www.fiacat.org

International Rehabilitation Council for Torture Victims
Borgergade 13 , P.O. Box 9049 , DK-1022 Copenhagen, K, Denmark
رقم التليفون: 00 06 76 33 45+

رقم الفاكس: 00 05 76 33 45+
البريد الإلكترونى irct@irct.org
www.irct.org

World Organisation Against Torture
OMCT Europe , Rue de L'Enseignement, 91, B-1000 Bruxelles, Belgium
رقـم الفـاكس/رقـم الـتلـيفون: 19 37 218 2 32+
البريد الإلكترونى omcteurope@omct.org
www.omct.org

المنظمات العامة

Association for the Victims of Repression in Exile
AVRE, 1-3 allée du Tertre, 92000 Nanterre, France
رقم التليفون:80 72 91 41 1 33 +
رقم الفاكس:86 35 25 47 1 33 +
البريد الإلكترونى: contact@avre.org
www.avre.org

Human Rights Watch
2nd floor, 2-12 Pentonville road, London, N1 9HF, UK
رقم التليفون:1955 7713 020
رقم الفاكس:1800 7713 020:
البريد الإلكترونى: hrwuk@hrw.org
www.hrw.org

International Federation for Human Rights
FIDH, 17 Passage de la Main d'Or, 75011 Paris, France
رقم التليفون:18 25 55 43 1 33
البريد الإلكترونى: fidh@fidh.org
www.fidh.org

Lawyers Committee for Human Rights
333 Seventh Avenue, 13th Floor, New York, NY 10001-5004
رقم التليفون:5200 845 212 1 +
رقم الفاكس:5299 845 212 1 +

البريد الإلكترونى: nyc@lchr.org
www.lchr.org

منظمات متخصصة مماثلة

Anti-Slavery International *working exclusively against slavery and related abuses.*
Thomas Clarkson House, The Stableyard, Broomgrove Road, London, SW9 9TL, UK
رقم التليفون:8920 7501 020
رقم الفاكس:4110 7738 020
البريد الإلكترونى: info@antislavery.org
www.antislavery.org

Minority Rights Group International *working to secure the rights of minorities worldwide.*
379 Brixton Road, London, SW9 7DE, UK
رقـــم الـــتلـــيفون : 9498 7978 020
رقم الفاكس: 6265 7738 020
البريد الإلكترونى: minority.rights@mrgmail.org
www.minorityrights.org

Survival International (Survive) *working to protect the rights of 'tribal' people worldwide*
6 Charterhouse Buildings, London, EC1M 7ET , UK
رقم التليفون: 8700 7687 020
رقم الفاكس: 8701 7687 020
البريد الإلكترونى: info@survival-international.org
www.survial-international.org

عضو البرلمان البريطاني وعضو البرلمان الأوروبي

يمكن لعضو البرلمان البريطاني عن الدائرة التي تقيم بها أو عضو البرلمان الأوروبي مساعدتك وذلك بمخاطبة سفير أو ممثل الحكومة المعنية (في حال وجود سفير أو ممثل لتلك الدولة في المملكة المتحدة) إنابة عنك، أو مخاطبة وزارة الخارجية البريطانية، أو بالكتابة لحكومتك مباشرة. ويمكنك

الاتصال بعضو البرلمان البريطاني أو البرلمان الأوروبي إما عن طريق البريد أو بترتيب موعد لمقابلته أو الطلب من محاميك الاتصال به إنابة عنك. ومن الأرجح ألا يتدخل عضو البرلمان البريطاني أو البرلمان الأوروبي في الأمر إذا كانت قضيتك معروضة أمام المحكمة أو إذا كنت قد رفعت دعوى على المستوى الإقليمي أو العالمي. ومن الممكن كذلك لعضو البرلمان البريطاني أو البرلمان الأوروبي طرح بعض الأسئلة المتعلقة بقضيتك في البرلمان بغرض كشف القضية وطلب التدخل لاتخاذ اللازم.

كيفية الإتصال بعضو البرلمان الخاص بك:

تستطيع الكتابة لعضو البرلمان على (MP)
House of Commons, London SWIA CAA
إذا كنت لاتعرف من هو عضو البرلمان الممثل عنك تستطيع البحث عنه على قواعد البيانات على الإنترنت
www.Locata.co.uk/commons
التليفون: 020 7219 4272
اذا كنت تعيش فى اسكتلندا تستطيع الإتصال بعضو البرلمان الاسكتلندى (MSP) على البرلمان الاسكتلندى , ادنبره
The Scottish Parliament, Edinburgh EH99 1SP.
لمعرفة من هو العضو الممثل لك
ابحث علي الانترنت www.scottish.parliamentuk/MSP
التليفون: 01313485000

اذا كنت تعيش فى مقاطعة ويلز تستطيع الإتصال بعضو مجلس النواب فى ويلز (AM) على مجلس النواب القومى لويلز كارديف باى
National Assembly for Wales, Cardiff Bay, Cardiff CF99 1NA
لمعرفة من هو النائب عنك ابحث:
www.wales.gov.uk/who/constit
التليفون: 02920898200

الإتصال بعضو البرلمان الأوروبى

لمعرفة من هو عضو البرلمان الأوروبى (MEP) الممثل لك ابحث
www.europarl.org.uk/uk_mepon
التليفون: 02072274300

جماعات أعضاء البرلمان

جماعة برلمانية لكل الأحزاب خاصة بحقوق الإنسان
الرئيس: Ann Clwyd
الإتصال: Ms Ann Clwyd MP, House of Commons, London SW1A 0AA
رقم التليفون: : 020 7219 6609

جماعة برلمانية لكل الأحزاب خاصة باللاجئين
الرئيس:Neil Gerrard
الإتصال: Mr Imran Hussain, Refugee Council, 3 Bondway, London SW8 1SJ.
رقم التليفون: 020 7820 3046

جماعة برلمانية لكل الأحزاب خاصة بجرائم الحرب
الرئيس:Baroness Golding
الإتصال: Mr Edward Lewin, c/o Lord Janner of Braunstone, House of Lords, London SW1A OPW.
رقم التليفون:020 7222 2863

جماعة برلمانية لكل الأحزاب خاصة بحكومة العالم:
تشجع على الإصلاحات الديموقراطية للأمم المتحدة والمعاهد الدولية والقانون الدولي
الرئيس:Gavin Strang
الإتصال: Mr Simon Burall, One World Trust, c/o All-Party Parliamentary Group for World Government, Houses of Parliament, London SW1A OAA.
رقم التليفون:020 7219 3825
بعض الجماعات الأخرى تشمل جماعات للدول (مثل جماعة برلمانية لكل الأحزاب خاصة بتركيا وهى تشجع العلاقات بين بريطانيا وهذه الدولة)

وهناك قائمة بهذه الجماعات على
www.publications.parliament.uk/pa/cm/cmparty/memi01.htm

الجزء الثالث
قائمة على المستوى الوطني بالخدمات التى تقدم المساعدة والمعلومات والإرشاد

هذا القسم يحتوى على: خدمات الخطوة الواحدة **(One Stop Services)**
ومراكز الإرشاد القانونى ومراكز الرعاية الصحية والدعم الإجتماعى ومنظمات تجمعات اللاجئين. هذه القائمة مقسمة حسب المناطق وحسب الحروف الأبجدية. قبل هذه القائمة ستجد معلومات عامة عن هذه الخدمات ومصادر لمعلومات أكثر

ملحوظة: هذه القائمة ليست شاملة وليست بأى حال مضنية
قد يكون هناك خدمات ومراكز قد لا تظهر فى هذه القائمة وقد تكون ذات مساعدة كبيرة لك. خدمات الخطوة الواحدة عندها تفاصيل عن خدمات محلية كثيرة وجماعات . أيضا الإستفسار فى مركز الرعاية الصحية المحلى والبحث على الإنترنت يزودك بمعلومات أكثر.

الفهرس

1. معلومات عامة..... 46
2. شرق إنجلترا.....50
3. شرق ميدلاندز..... 52
4. لندن.....53
5. الشمال الشرقي لإنجلترا.....56
6. الشمال الغربي لإنجلترا.....59
7. أيرلندا الشمالية.....61
8. اسكتلندا.....62
9. جنوب إنجلترا.....64
10.الجنوب الغربي إنجلترا.....67
11. ويلز.....68
12. غرب ميدلاندز.....70
13.يوركشير وهامبرسيد.....72

1. معلومات عامة

خدمات الخطوة الواحدة

خدمات الخطوة الواحدة (oss) لهؤلاء المدعمون من شركة الخدمات القومية لدعم اللاجئين(ناسس)
(NASS).
كل مكاتب خدمات الخطوة الواحدة فى المملكة المتحدة مذكورة بالقائمة السفلي .كل مكتب لخدمات الخطوة الواحدة عنده بيانات تفصيلية عن مراكز الرعاية الصحية والاجتماعية فى منطقته.
كما عنده تفاصيل للاتصال بالمنظمات الاجتماعية باللاجئين.
انه ينصح بقوة الاتصال برقم التليفون قبل الوصول لمكتب الخطوة الواحدة حيث أن مواعيد العمل " الدوام " تختلف .

مجلس اللاجئين
The Refugee Council:
هو أكبر منظمة فى المملكة المتحدة تعمل مع طالبي اللجوء واللاجئين الموقع على الإنترنت
www.refugeecouncil.org.uk

مجلس اللاجئين فى اسكتلندا
The Scottish Refugee Council**:**
يعمل مع طالبي اللجوء واللاجئين فى اسكتلندا
الموقع على الإنترنت
www.scottishrefugeecouncil.org.uk

الإرشاد القانوني

مراكز الإرشاد القانوني المذكورة بأسفل لها خبرة فى التعامل مع طالبي اللجوء والناجيين من التعذيب .
إذا لم تجد مركز إرشاد قانوني فى منطقتك فيمكن البحث فى دليل الخدمات القانونية للمجتمع. الموقع على الإنترنت
www.justask.org.uk

مكتب إرشاد المواطنين
Citizens Advice Bureau (CAB):
هذا يقدم إرشادات مستقلة وغير متحيزة

للبحث عن مكتب فى منطقتك
www.nacab.org.uk/cabdirbureau

خدمة الإرشاد للهجرة
Immigration Advisory Service (IAS)
هذا يعطى إرشادات قانونية مجانية وتمثيل قانوني للمهاجرين وطالبي اللجوء للبحث عن
مكتب فى منطقتك www.iasuk.org

المجلس المشترك لرفاهية المهاجرين
Joint Council for the Welfare of Immigrants (JCWI)
وهذا يقدم إرشادات مجانية ودراسة للحالة عن الهجرة وقانون وسياسة طلب اللجوء السياسي.
الموقع على الإنترنت : www.jcwi.org.uk

المراكز القانونية
Law Centres
المراكز القانونية تقدم خدمات قانونية مستقلة مجانية للأفراد الذين يعيشون ويعملون فى منطقة تجمعها للبيانات عن
المركز القانوني فى منطقتك أبحث :
www.lawcenters.org.uk

ملتي كلتي
Multikulti
معلومات مترجمة و إرشادات ودليل ومواد تعليمية عن قوانين الخدمات ب 11 لغة اجتماعية
الموقع : www.multiculti.org.uk

الرعاية الصحية

مراكز الرعاية الصحية المذكورة بأسفل لها خبرة فى التعامل مع طالبي اللجوء والناجيين من التعذيب .
إذا كنت ترغب فى رعاية صحية غير مذكورة يمكن البحث على موقع خدمات الصح القومية www.nhs.uk/localservices

شجرة بابل
Babel Tree :
معلومات صحية فى 36 لغة اجتماعية
www.adec.org.uk/babeltree

الصليب الأحمر البريطاني
British Red Cross:
يدير تقنيات تعليمية لتمويه الجلد وعن كيفية تغطية أو تقليل تأثير علامات التشوه أو الحالات الجلدية على الوجه أو الجسم. التحويل الطبي مطلوب ولتفاصيل مكتب الصليب الأحمر فى منطقتك www.redcross.org.uk

هرب
HARP
" هرب "الصحي لطالبي اللجوء واللاجئين
دليل للمعلومات والمصادر المختصة بطالبي اللجوء واللاجئين . موقع الإنترنت www.harpweb.org

ميد اكت
Medact:
شبكة من المهنيين الصحيين الذين يعملون مع طالبي اللجوء واللاجئين ويقدمون مستوى عال من الرعاية للاجئين وطالبي اللجوء www.medact.org

جماعة الصدمة بالمملكة المتحدة
UK Trauma Group
معلومات وخدمات دليل بخصوص التعرض لأحداث صدمة كبيرة وهذا يشمل وصلات مع الجمعية الأوروبية والدولية لدراسات إجهاد الصدمات . www.uktrauma.org.uk

منظمات مجتماعات اللاجئين ودعم المجتماعات

جماعات دعم اللاجئين ومجتماعات اللاجئين تدار بواسطة لاجئين لتقديم الدعم والإرشاد لتجمعاتهم مذكورة بالقائمة السفلي .

نحن نؤكد انه من الممكن أن يكون هناك جماعات مختصة بهذه الشئون وغير مذكورة ولهذا ننصح بالبحث الذاتي عن اقرب مكتبة عامة لك عندها قواعد بيانات عن الأندية والجمعيات والاتحادات المحلية .

قواعد البيانات هذه يمكن تصفحها على شبكة الإنترنت ولكن مرة أخرى هذه الأدلة ليست مضنية .

المواقع الإلكترونية التالية تحتوى على معلومات أساسية عن منظمات دعم الجماعات ومجموعات اللاجئين.

مركز المورد الأسيوي
Asian Resource Centre
مركز فى برمنجهام يقدم المعلومات عن الجماعات فى غرب الميدلاندز
home.btclick.com/asian.resource

جمعية العالم بالمملكة المتحدة
Community World UK
دليل على المستوى القومي عن المجتمعات التى لها مواقع إلكترونية أو المواقع الإلكترونية للجمعيات www.community-world.co.uk

دليل جلاسجو الكبرى عن الاقليات الاثنيه
Greater Glasgow Ethnic Minority Directory
دليل عن المنظمات الاجتماعية فى منطقة جلاسجو
www.ethnicminoritydirectory.co.uk

" هرب"
HARP
دليل معلومات وموارد خاصة بطالبي اللجوء واللاجئين
www.harbweb.org

أيكار
ICAR
أيكار : مركز معلومات عن طلب اللجوء واللاجئين " يقوم بمسح المملكة المتحدة "
معلومات وموارد مستقلة لها علاقة بشئون بطلب اللجوء والاجئيين حسب المنطقة "مازال تحت البناء "
www.icar.org.uk/content/res/map

صحة لندن
London Health
دليل للندن عن مجموعات التأييد و الحملات في منطقة لندن
www.londonhealth.co.uk/campaignandsupportgroupsethnicminorities

الشرق الأوسط / المملكة المتحدة

Middle East UK
دليل مركزة المملكة المتحدة عن المنظمات الإسلامية
وجمعيات الشرق الأوسط www.middleastuk.com

خدمات اللاجئين فى شمال إنجلترا
North of England Refugee Service
منظمة فى الشمال الشرقي تحتوى على بيانات منظمات
اللاجئين بالمنطقة www.refugee.org.uk

مدخل اللاجئين
Refugee Access:
دليل لمناطق يوركشيروهامبرسيد لطالبي اللجوء واللاجئين
www.refugeeaccess.info

2. شرق إنجلترا

CAMBRIDGE

جماعة دعم
Cambridge Refugee Support Group,
Llandaff Chambers, 2 Regent Street, Cambridge, CB2 1AX,
رقم التليفون:01223-575489

GREAT YARMOUTH

جماعة دعم

Great Yarmouth Refugee Outreach Service (GYROS),
Great Yarmouth
رقـــم الـــتلـــيفون: 01493-650585

KINGS LYNN

جماعة دعم

Kings Lynn Asylum Refugee Support

The Friends' Meeting House, Bridge St, Kings Lynn, PE30
ن رقـــم الـــتلـــيفو: 01553-692037

IPSWICH

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Council,
1st Floor, 4-8 Museum Street, Ipswich, IP1 1HT
رقـــم الـــتلـــيفون: 01473-221560

رعاية صحية

Suffolk Community Refugee Team,
70 St Helen's St, Ipswich, IP4 2LA,
رقم التليفون:01473-341750

جماعة دعم

Suffolk Refugee Support Forum
38 Matthew Street, Ipswich, IP1 3EP,
رقـــم الـــتلـــيفون: 01473-400785

NORWICH

الاستشارة القانونية

Immigration Advisory Service (IAS),
The Advice Arcade, 4 Guildhall Hill, Norwich, NR2 1JH,
رقم التليفون: 01603-496623

PETERBOROUGH

جماعة دعم

Peterborough Refugee Association,
Peterborough Regional College, Park Crescent,
Peterborough, PE1 4DZ
رقـــم الـــتلـــيفون: 01733-762245

3 شرق الميدلاندز

DERBY

رعاية صحية

Fountain Primary Care Service,
60-62 Sale Street, Derby, DE23 8GD
رقم التليفون:01332-546660

منظمات جمعيات اللاجئين

Refugee Advice Centre,
c/o Bosnia Herzegovina Community Association,
1 Uttoxeter New Road, Derby, DE22 3NL
رقـــم الـــتلـــيفون: 01332-294436

LEICESTER

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Action,
Melbourne Centre, Melbourne Road,
Leicester, LE2 0GU
رقـــم الـــتلـــيفون: 0116-261-4830

NORTHAMPTON

رعاية صحية

Maple Access Project for Asylum Seekers,
6 Castillion Terrace, Northampton, NN1 1LD
رقـــم الـــتلـــيفون: 01604-250969

NOTTINGHAM

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Action,
3rd Floor, Albion House, Canal Street,
Nottingham, NG1 7EG 0115-941-8552 رقم
التليفون

رعاية صحية

Centre for Trauma Studies/Traumatic Stress
Service,
Nottinghamshire Healthcare NHS Trust,
Westminster House, 598 The Wells Rd,
Nottingham NG3 3AA
رقم التليفون: .0115-952-9436

جماعة دعم

Refugee Forum,
118 Mansfield Road, Nottingham, NG1 3HL
رقم التليفون: 0115-985-9546

4. لندن

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline,
PB House 185 Dartmos Road, Sydenham, SE26 4RJ
فون رقم التلي: 0048 8699 020
Refugee Council,
240-250 Ferndale Road, London, SW9 8BB
رقم التليفون: 6700 7346 020
خط الارشاد: رقم التليفون: 020-7346-6777

رعاية صحية

The African Well Woman Clinic,
St Thomas' Hospital, Office 3, 6th Floor,
North Wing, London, SE1 7EH
رقم التليفون: 020-7960-5595

Brixton Refugee Health Project,
1 Lower Marsh, Waterloo, SE1 7NT
رقـــم الـــتلـــيفون: 0207-716-7000

Chinese National Healthy Living Centre,
29-30 Soho Square, London, W1D 3QS
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-7287-0904

Health and Housing Access Workers,
St Pancras Hospital, 4 St Pancras Way,
London, NW1 OPH
رقم التليفون:020-7530-34444

HHELP,
1 St Mark Street, London, E1 8DJ
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-7702-9202
Medical Foundation for the Care of Victims of Torture,
111, Isledon Road, London N7 7JW
رقم التليفون:020 7813 7777

Orexis,
192 Evelyn Street, London, SE8 5DB
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-8691-1233

Primary Care Refugees Project,
Health Development Service, Beckenham Hospital, 379
Croydon Road, Beckenham, BR3 3QL
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-8402-6998

Refugee Health Access Project
1st Floor, Britannia House, 960 High Road,
North Finchley, N12 9RY
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-8446-6624

St Hilda's East Community Centre,
18 Club Row, E2 7EY
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-773- 8066

Primary Health Care Team for Lambeth, Lewisham and Southwark (Homeless People and Refugees),
49 Plashet Road, E13 0QA
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-7414-1507

Traumatic Stress Clinic,
73 Charlotte Street, London W1T 4PL
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-7530-3666

Women's Health and Family Services,
The Brady Arts and Community Centre,
192-196 Hanbury Street, E1 5HU
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-7377-8725

منظمات جمعيات اللاجئين

Afghan Association of London,
Suite 1, 84-88 Pinner Road, Harrow, Middlesex, HA1 4HZ
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-8861-6990

African Community Welfare Association
728 Romford Road, Manor Park, E12 6BT
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-8514-5657

Kurdish Advice Centre (For Kurds from Turkey),
St Mary's Community Centre, Birkbeck Road, London, N8 7PF
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-8347-8657

Kurdish Advocacy & Information Centre
(KIAC, For Kurds from Iraq)
Caxton House, 129 St John Way, London, N19 3RQ
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-7272-9499

Iranian Association,,
Palingswick House, 241 King Street, London, W6 9LP
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-8748-6682

Halkevi Kurdish & Turkish Community Centre,

92-100 Stoke Newington, London, N16 7XB,
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-7249-6980

Iraqi Community Association,
Palingswick House, 241 King Street, London, W6 9LP
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-8741-5491

Muslim Women's Welfare Association,
425 Lea Bridge Road, London, E10 7EA
رقـــم الـــتلـــيفون: 020-8539-7478

MOSAADA Centre for Single Women
Ground Floor, 118 Commercial Street, E1 6NF
رقـــم الـــتلـــيفون: 022-7247-7111

Romany Support Group,
PO Box 23610, London, E7 0XB
رقـــم الـــتلـــيفون: 07949 089 778

Somali Community Centre,
1-2 Lismore Circus, London, NW5 4QF
رقم التليفون:020-7633-0729

5. شمال شرق إنجلترا

MIDDLESBROUGH

خدمة الخطوة الواحدة

North of England Refugee Service,
27 Borough Road, Middlesbrough,TS1 4AP
رقم التليفون:01642-217447

الاستشارة القانونية

Immigration Advisory Service (IAS),
96-98 Borough Road, Middlesbrough, TS1 2HJ
رقـــم الـــتلـــيفون: 01642-219222

رعاية صحية

PMS to Asylum Seekers,
Haven Medical Practice, 7 Harris Street,
Middlesbrough, TS1
رقـــم الـــتلـــيفون: 01642-251053

NEWCASTLE-UPON-TYNE

خدمة الخطوة الواحدة

North of England Refugee Service (NERS),
19 Bigg Market, Newcastle-upon-Tyne, NE1 1UN
رقـــم الـــتلـــيفون: 0191-222-0406

رعاية صحية

Sceptre Court Surgery,
Elswick Health Centre, Medon Street, Newcastle-upon-Tyne, NE4 6SH
رقـــم الـــتلـــيفون: 0191-219-5160ر

جماعة دعم

West End Refugee Service,
St Philip's Vicarage, St Philip's Close,
Newcastle-upon-Tyne, NE4
رقـــم الـــتلـــيفون: 0191-273-7482

منظمات جمعيات اللاجئين

Regional Refugee Forum,
c/o NERS, 2 Jesmond Road West,
Newcastle-upon-Tyne, NE2 9PQ
رقم التليفون:: 0191-245-7311

STOCKTON-ON-TEES

رعاية صحية

Arrival Practice,
Matthew Road, Teesdale, Thornaby,
Stockton-on-Tees, TS17 6EY
رقـــم الـــتلـــيفون: 01642-615415

جماعة دعم

Asylum Support Team,
Advice Centre, Bath Lane, Stockton-on-Tees TS18 2DS
رقم التليفون:: 01642-415030

SUNDERLAND

خدمة الخطوة الواحدة

North of England Refugee Service (NERS),
19 Villier St, Sunderland, SR1 1EJ
رقـــم الـــتلـــيفون: 0191 510 8685

رعاية صحية

Pegasi Practice,
Hendon Health Centre, Meaburn Terrace,
Sunderland, SR1 2LR
رقـــم الـــتلـــيفون: 0191-510-1865

WALLSEND

خدمة الخطوة الواحدة

North of England Refugee Service (NERS),
3rd Floor, The Forum, Wallsend, NE28 8LX
رقـــم الـــتلـــيفون: 0191-200-1109

رعاية صحية

North Tyneside Transitional Care Practice,
Wallsend Health Centre, The Green, Wallsend, NE28 7PD
يـفـون رقـم الــتل: 0191-220-5969

6 شمال غرب إنجلترا

BLACKBURN & DARWEN

رعاية صحية

Asylum Seeker Health Team (ASH),
Larkhill Health Centre, Mount Pleasant,
Blackburn BB1 5BJ
رقم التليفون:01254-263611

LIVERPOOL

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Action,
34 Princes Road, Liverpool, L8 1TH
رقــم الــتلــيفون: 0151-702-6300

Great Homer Street Medical Centre,
25 Conway Street, Liverpool L5
رقم: 0151-702-6300 (main Liverpool Office)
الــتلــيفون

Toxteth Citizens Advice Bureau,
High Park Street, Liverpool L8.
رقم: 0151-702-6300 (main Liverpool Office)
الــتلــيفون

الاستشارة القانونية

Immigration Advisory Service (IAS),
Beetham House, 59-61 Tithesbarm, Liverpool, L2 2SB
رقم التليفون:0920-242-0151

رعاية صحية

Princes Park Health Centre,
Bentley Road, Liverpool, L8 6SY
لـــتلـــيفون رقـم ا: 8313-728-0151

MANCHESTER & SALFORD

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Action,
1 Tariff Street, Manchester, M1 2HF
رقـــم الـــتلـــيفون: 1200-233-0161

الاستشارة القانونية

Immigration Advisory Services,
Suite 7B, 7th Floor, Blackfriars House,
Parsonage, Manchester, M3 5JA
رقـــم الـــتلـــيفون: 9942-834-0161

رعاية صحية

Medical Foundation North West,
The Angel Healthy Living Centre, St Philipps Place,
Chapel St, Salford, M3 6FA
رقـــم الـــتلـــيفون: 8090-839-0161

جماعة دعم

Refugee Orientation Project ,

British Red Cross, Bradbury House, Unit 4, Ohio
Avenue, Central Park, Salford, M5 2GT
رقـــم الـــتلـــيفون: 0161-888-8900

منظمات جمعيات اللاجئين

Manchester Refugee Support Network (MSRN),
St James' Centre, 95a Princess Road, Moss Side,
Manchester,
رقـــم الـــتلـــيفون: 0161-868-0777

WIGAN & LEIGH

جماعة دعم

Wigan Citizen Advice Bureau Asylum Seekers Unit,
Gerard Winstanley House, Crawford Street,
General & Legal Advice, Wigan, WN1 1NG
رقـــم الـــتلـــيفون: 01942-241113

Add a Voice (Direct advocacy service),
53 Church Street, Leigh, WN7 1AY
رقـــم الـــتلـــيفون: 01942-601563

7. أيرلندا الشمالية

BELFAST

خدمة الخطوة الواحدة

Northern Ireland Council for Ethnic Minorities (NICEM),
3rd Floor, Ascott House, 24-31 Shaftesbury Square,
Belfast, BT2 7DW
رقم التليفون:45-2386-02890

الاستشارة القانونية

Law Centre NI,

124 Donegall Street, Belfast, BT1 2GY
رقم التليفون:02890-244401

8. اسكتلندا

ABERDEEN

رعاية صحية

The Aberdeen Traumatic Stress Clinic and the Centre for Trauma Research,
Grampian Primary Care NHS Trust Headquarters,
Bennachie, Royal Cornhill Hospital, Aberdeen, AB25 2ZH
رقم التليفون:01224-557892

EDINBURGH

خدمة الخطوة الواحدة

Scottish Refugee Council,
200 Cowgate, Edinburgh, EH1 1NQ
رقـــم الـــتلـــيفون: 0141-248-9799 (main Glasgow office)

GLASGOW

خدمة الخطوة الواحدة

Scottish Refugee Council,
5 Cadogan Square, Cadogan Street, Glasgow, G2 7PH
Office
خط الارشاد :Advice Line 0141-248-9799
رقـــم الـــتلـــيفون: 0800-0856087

Scottish Refugee Council,
Drop-in Club AT Elmbank Crescent, Quaker Meeting House, 38 Elmbank Crescent, Glasgow

رقم: 0141-248-9799 (main Glasgow office)
الـــتلـــيفون

Scottish Refugee Council Women's Group,
Quaker Meeting House, 38 Elmbank Crescent
رقم: 0141-248-9799 (main Glasgow office)
الـــتلـــيفون

الاستشارة القانونية

Immigration Advisory Service (IAS),
115 Bath Street, Glasgow, G2 2SZ,
رقـــم الـــتلـــيفون: 0141-248-2956

رعاية صحية

Fernbank Health Centre,
194 Fernbank Street, Glasgow, G22 6DB
رقـــم الـــتلـــيفون: 0141-589-8000

Castlemilk Health Centre,
71 Dougrie Drive, Glasgow, G45 9AW
رقم التليفون:0141-531-8585

Practice A Governhill Health Centre,
233 Calder Street, Glasgow, G42 7DR
رقـــم الـــتلـــيفون: 0141-531-8361

Woodside Health Centre,
Barr Street, Glasgow, G20 7LR
رقـــم الـــتلـــيفون: 0141-531-9510

Asylum Seekers Mental Health Liaison Team
Department of Clinical Psychology,
Stobb Hill Hospital, 133 Balornock Road, Glasgow, G21 3UT
رقـــم الـــتلـــيفون: 0141-531-3274

9. جنوب إنجلترا

ASHFORD

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline,
Ashford Christian Fellowship, Solid Rock, Norwood Street, Ashford, Kent TN23 1QU
رقم التليفون: 01304-203977 (main Dover office)

BRIGHTON

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline,
7a Church Street, Brighton, BN1 1US
رقم التليفون: 01273-671711

جماعة دعم

Sussex Refugee Association ,
Kemptown Crypt Community Centre, St George's Church, St George's Road, Brighton, BN2 1ED
رقم التليفون: 01273-275190

CANTERBURY

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline,
The Friends Meeting House, 6 The Friars, Canterbury, Kent CT1 2AS
رقم التليفون: 01304-203977 (main Dover office)

CRAWLEY

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline West Sussex, The Red Cross building,
West Green Drive, Crawley
رقـــم الـــتلـــيفون: (main Brighton office) 01273-671711:

DOVER

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline,
Room 65, No 1 Control Building,
Eastern Docks, Dover, CT16 1JA
رقم التليفون:01304-203977

Migrant Helpline,
89 Folkestone Road, Dover, CT17 9SD
رقـــم الـــتلـــيفون: 01304-203074

رعاية صحية

Dover Health Centre,
1st Floor , Maison Dieu Road, Dover, CT16 1RH
رقـــم الـــتلـــيفون: 01304-865577

EASTBOURNE

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline East Sussex,
Braemar House, 28 St Leonards Road, Eastbourne
رقـــم الـــتلـــيفون: (main Brighton office) 01273-671711

FOLKESTONE

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline Kent,
53 The Old High Street, Folkestone, Kent CT20 1RN
رقم التليفون:(main Dover office) 01304-203977

GRAVESEND

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline Kent
The Methodist Church Hall, Wilfred Street,
Gravesend, Kent DA12 2RE
رقم التليفون:(main Dover office) 01304-203977

HASTINGS

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline,
48 Havelock Road, Hastings, TN34 1BE
الـــتلـــيفون رقـم: 01424-717011

HOUNSLOW

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Arrivals Project,
41b Cross Lances Road, Hounslow,
Middlesex, TW3 OES
رقـــم الـــتلـــيفون : 020-8607-6888

HOVE

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline West Sussex,
Hove drop-in, Cornerstone Community Centre,
Church Road, Hove
رقـــم الـــتلـــيفون:
01273-671711 (main Brighton office)

MARGATE

خدمة الخطوة الواحدة

Migrant Helpline,
1 Cecil Street, Margate, CT7 1NX
رقم التليفون: 01843-292921

جماعة دعم

Kent Refugee Support Group,
Omega House, 7 New St, CT9
رقم التليفون: 01843-280225

OXFORD

جماعة دعم

Asylum Welcome & Detainees Support Group
276a Cowley Road, Oxford, OX4 1UR
رقم التليفون: 01865-722082

SOUTHAMPTON

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Action,
50 Oxford Street, Southampton, SO14 3PP
رقم التليفون: 02380-248130

10. جنوب غرب إنجلترا

BRISTOL

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Action,
Senate House, 36 Stokes Croft, Bristol, BS1 3QD

رقـــم الـــتلـــيفون: 0117:-989-2100

PLYMOUTH

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Action,
Virginia House, 40 Looe Street, Plymouth, PL4 0EB
رقـــم الـــتلـــيفون: 01752-519866

رعاية صحية

Asylum Seeker Mental Health Service,
Nuffield Clinic, Lipson Road, Plymouth, PL4 8NQ
رقـــم الـــتلـــيفون: 07876-564585

جماعة دعم

Devon & Cornwall Refugee Support Council,
7 Whimple St, Plymouth, PL1 2DH
رقـــم الـــتلـــيفون: 01752-265952

11. ويلز

CARDIFF

خدمة الخطوة الواحدة

Welsh Refugee Council,
Phoenix House, 389 Newport Road, Cardiff, CF24 1TP
رقـــم الـــتلـــيفون: 02920-489800

الاستشارة القانونية

Immigration Advisory Service,
211a City Road, Roath, Cardiff, CF2 3JD
رقـــم الـــتلـــيفون: 02920-496662

منظمات جمعيات اللاجئين

Iraqi Community Organisation,
SWICRA, 29 Lakeside Drive, Cardiff, CF2 6DD
رقـــم الـــتلـــيفون: 02920-689380

Somali Advice & Information,
68 St James Street, Cardiff, CF10 5EZ
رقـــم الـــتلـــيفون: 02920-499916:

NEWPORT

خدمة الخطوة الواحدة

Welsh Refugee Council,
High Street Chambers, 51 High Street, Newport, NP20 1GB
رقـــم الـــتلـــيفون: 01633-266420

SWANSEA

خدمة الخطوة الواحدة

Welsh Refugee Council,
YMCA, 1 The Kingsway, Swansea, SA1 5JQ
رقـــم الـــتلـــيفون: 01792-301729

رعاية صحية

Asylum Seekers Health Team,
Central Clinic, Trinity Buildings, 21 Orchard Street, Swansea, SA1 5AT
رقم: 01792-517882 or 01792-651501
الـــتلـــيفون

WREXHAM

خدمة الخطوة الواحدة

Welsh Refugee Council,
Trinity House, Trinity Street, Wrexham, LL11 1NL
رقـــم الـــتلـــيفون: 01978-363240

12. غرب الميدلاندز

BIRMINGHAM

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Council,
1st Floor, Smithfield House, Digbeth, Birmingham, B5 6BS
رقـــم الـــتلـــيفون: 0121-622-1515

الاستشارة القانونية

Immigration Advisory Service (IAS),
Federation House, 2309 Coventry Road,
Birmingham B26 3PG
رقـــم الـــتلـــيفون: 0121-742-1221

رعاية صحية

Asylum Seeker & Refugee Centre for Health (ARCH),
Broadway Health Centre, Cope Street, Ladywood,
Birmingham, B18 7BA
رقم التليفون:020-456-1551

Midlands Refugee Council,
5th Floor, Smithfield House, Digbeth, Birmingham, B5 6BS
رقـــم الـــتلـــيفون: 0121-242-2200

منظمات جمعيات اللاجئين

African Francophone Community,
1st Floor, Hamilton House, Grove Lane, Smethwick,
Birmingham, B66 3QX
رقـــم الـــتلـــيفون: 0121-558-9033

Midlands Ethnic Albanian Foundation ,
Unit 215, The Custard Factory, Gibbs Street,
Digbeth Birmingham, B9 4AA
رقـــم الـــتلـــيفون : 0121-683-0080

COVENTRY

جماعة دعم

Coventry Refugee Centre,
St Peter's Centre, Charles Street, Coventry, CV1 5NP
لـــــيفون رقم الـــت: 02476-227254

STOKE-ON-TRENT

رعاية صحية

Asylum Seeker & Refugee Project,
North Stoke PCT, Bedford House, Havelock Place,
Stoke-on-Trent
رقـــم الـــتلـــيفون: 01782-425020

جماعة دعم

Refugee & Asylum Seeker Support Project ,
Citizens Advice Bureau, Advice House, Cheapside,
Stoke-on-Trent, ST1 1HL
رقـــم الـــتلـــيفون: 01782-408600

13. يوركشير وهامبرسيد

BRADFORD

جماعة دعم

Bradford Action for Refugees,
Unit A, Carlisle Business Centre, Carlisle Road,
Bradford, BD8 8BD
رقم التليفون:01274-223240

DONCASTER

رعاية صحية

Dove Primary Care Centre,
6b Cavendish Court, South Parade,
Doncaster, DN1 2DJ
رقـــم الـــتلـــيفون: 01302-762110ر
جماعة دعم

Asylum Seeker Drop InCentre,
United Reformed Church, Hallgate, Doncaster
رقم التليفون:01302-736131

HUDDERSFIELD

رعاية صحية

The Whitehouse Centre,
23a New North Parade, Huddersfield, HD1 5JU
رقـــم الـــتلـــيفون: 01484-301911

جماعة دعم

Kirklees Friends & Refugees Together (KRAFT),
21 Belmont Street, Huddersfield, HD1 5BX

رقم التليفون:01484-352050

KINGSTON-UPON-HULL

الاستشارة القانونية

Humberside Law Centre,
95 Alfred Gelder Street, Kingston-upon-Hull, HU1 2JN
رقـــم الـــتلـــيفون: 01482-211180

رعاية صحية

The Quays PMS Pilot,
35-39 Miton Street, Kingston-upon-Hull, HU1 2PS
رقم التليفون:01482-335335

جماعة دعم

Asylum Seeker Support Project,
Citizens Advice Bureau, 2 Charlotte Street Mews,
Kingston-upon-Hull, HU1 3BQ
رقـــم الـــتلـــيفون: 01482-224608

LEEDS

خدمة الخطوة الواحدة

Refugee Council,
Ground Floor, Hurley House, 1 Dewsbury Road,
Leeds, LS11 5DQ
فـون رقـم الـتلـي: 0113-244-9404 :

الاستشارة القانونية

Refugee Legal Centre,
5 Butts Court, Leeds, LS1 5JS
رقـــم الـــتلـــيفون: 0113-245-2819 :

رعاية صحية

Health Access Team,
8 Avenue Hill, Leeds, LS8 4EY
رقـــم الـــتلـــيفون: 0113-295-1790

جماعة دعم

Leeds Asylum Seeker Support Network (LASSN),
233 Roundhay Road, Leeds, LS8 4HS
رقـــم الـــتلـــيفون: 0113-380-5690

SHEFFIELD

رعاية صحية

Asylum Seeker & Refugee Health,
Park Medical Centre, 190 Duke Street, S2 5QQ
رقـــم الـــتلـــيفون: 0114-226-1739

منظمات جمعيات اللاجئين

Northern Refugee Centre,
Carver House, 2 Carver Street, Sheffield, S1 4FS
رقـــم الـــتلـــيفون: 0114-275-3114

Somali Mental Health Project
Volserve House, 14-18 West Bar Green,
Sheffield, S1 2DA
رقـــم الـــتلـــيفون: : 0114-275-8556

MEDICAL FOUNDATION
Caring for Victims of Torture
المؤسسة الطبية
لرعاية ضحايا التعذيب

المهمة

المؤسسة الطبية لرعاية ضحايا التعذيب (Medical Foundation Caring for Victims of Torture) هي منظمة تعنى بحقوق الإنسان وقد أنشئت لمساعدة ضحايا التعذيب والعنف المنظّم بأشغالهم في عملية الاستشفاء والتأكيد على أهمية قدرهم وكرامتهم الإنسانية. وتتركز جهود المنظمة الرامية لضمان صحة ورفاهية ضحايا التعذيب وأسرهم في توفير الرعاية الصحية والاجتماعية؛ والمساعدات العملية، إضافة إلى العلاج النفسي والجسدي. وتسعى المنظمة، علاوة على ذلك، إلى رفع مستوى الوعي الجماهيري عن التعذيب والآثار المترتبة عليه.

ويمكن الاطلاع على البيان الكامل لمهمة المؤسسة والذي يشمل الأهداف وكيفية تحقيقها على الموقع التالي بشبكة الإنترنت:
www.torturecare.org.uk

REDRESS
Seeking Reparation for Torture Survivors
ريدريس
مساعدة ضحايا التعذيب في الحصول على التعويض

المـهـمة

مساعدة ضحايا التعذيب وأسرهم في اعادة بناء حياتهم وسبل عيشهم من جديد ، ليصبحوا اعضاء فاعلين و مساهمين في المجتمع مرة أخري.
استئصال ممارسة التعذيب من كل بقاع العالم.

الأهـداف

مساعدة ضحايا التعذيب وأسرهم (إن وجدت) في جميع أرجاء العالم في الحصول على التعويضات اللازمة.
كشف ممارسات مقترفي جريمة التعذيب وكل من يساعد أو يحرِّض على ارتكابها بغرض محاسبتهم من الجهات المختصة.

اسـتـراتيجية الـعـمـل

تقديم المشورة القانونية لضحايا التعذيب ومساعدتهم في رفع دعاواهم أمام المحاكم والحصول على التعويض اللازم جراء المعاناة التي تعرضوا لها.
الحث على تطوير وتطبيق المعايير الوطنية والدولية بما يضمن توفير معالاجات مدنية وجنائية فعَّالة ونافذة لمجابهة التعذيب.
رفع مستوى الوعي بشأن جرائم التعذيب المنتشرة في أرجاء العالم المختلفة وإجراءات الحصول على التعويضات اللازمة.